بنت النيل

مايو ١٩٥٦
١٠ قروش
هدايا مجانية قيمة



لا مثيل له !!
Bac STICK
أصبع "باك ستيك"
للعرق
يمنعه ويزيل رائحته
باك فورت : قوى بالكلوروفيل للرجال
الوكيل : دكتور ناظم شفيق غالى - ميدان الأوبرا - تليفون ٤٦٨٦٦



لها في تاريخ مصر نصيب

ما أقسى القدر وأعنفه حين يبطش خاطفا . فقد فجعني بموت زميلتي وصديقتي المرحومة « أسماء فهمي » واختطفها من بيننا في وقت كانت آمالنا للمستقبل تملأ الافق ، وفي وقت كنا ننظم معا البرامج العديدة لمواصلة النهوض بالمرأة المصرية كما كانت العادة دائما مع الراحلة الكريمة منذ اسسنا اتحاد بنت النيل وكانت الراحلة الكريمة من أوليات السيدات الفضليات اللواتي اشتركن معي لتأسيس اتحاد بنت النيل ..

اختطفها الموت بغير ما مقدمات وهي أعز ما تكون صحة وأوفر ما تكون نشاطا فكان موتها صدمة لي ولكل عارفيها بل لاهل مصر جميعا الذين خرجوا يشيعونها بقلوبهم ونفوسهم ذاهلين من هول المصاب وفداحة الكارثة .

ان صديقتي الراحلة دائما في قلبي وفي ذهني ولقد استشعرت بالفراغ الكبير الذي تركته عندما قابلت في فينسيا كل سيدات العالم المشتغلات بالتعليم واللائي بلغن أرقى المناصب في هذا المضمار فكنت كلما سمعت احداهن تتحدث عن بنات جنسها في بلادها سرعان ما تعود بي الذاكرة الى فقيدة بلادي العظيمة التي كان لها في هذا الشأن المنزلة الاولى ومكان الصدارة ، وكنت أقارن بينها وبين كل هؤلاء السيدات فأجد الفرق شاسعا والبون بعيدا وأن الفقيدة الكريمة تفوقت على الجميع ووصلت الى القمة في علمها وفنها بل وصلت الى ما هو أسمى من ذلك وأجل فأقامت جيلا من نساء مصر بفضل توجيهها وتربيتها لهن وهن بلا شك حجر الاساس الذي سيقام عليه مجد مصر الناهضة .

تذكرتها آسفة لفراقها وتذكرت طالبات المعهد العالي وهن يبكين الى جانبي يوم فراقها ووداعنا لها الوداع الاخير .. فكرت في كل هؤلاء الفتيات اللواتي كن يذرفن الدمع ساخنا عليها كم حنون انجبتهن وأنارت لهن طريق الحياة ، فكرت في كل هذا وقلت لنفسي ان أسماء لم تمت فهي ستعيش في هذا الجيل الذي كرست حياتها لتكوينه والذي وهبته كل دقيقة من عمرها .

كانت أسماء فهمي مجموعة من الفضائل فكانت مثلا للطهر وعزة النفس والرقي ولا يذكر احد أنها قالت يوما كلمة نابية أو جرحت احساس شخص ما .

وكانت مثلا للاخلاص النادر اخلصت لذويها وصديقاتها وأخلصت لطالباتها وأخلصت لرسالتها ، وكانت حركة دائبة لرفعة شأن الوطن واعلاء قدره .

وكانت مثل الطيبة والحنان وبرهنت على مقدار ما تقوم به المرأة من خير للمجتمع كله .

وكانت مثلا رائعا لما يمكن أن تصل اليه المرأة من رقي ومجد ، ولم تتردد في دخول الطريق الشاق الذي اخترناه يوم أسسنا اتحادنا للكفاح في سبيل المرأة المصرية فوضعت يدها في يدي ويد زميلاتي المخلصات وسرنا الى الامام متضامنات مخلصات لقضيتنا ولرسالتنا في كل ثانية من حياتنا .. سرنا في هذا الطريق الشاق الذي كان يخفف علينا العناء فيه حبنا واخلاصنا لبعضنا .

ولكني أعود فأقول ان أسماء لم تمت فانها لا تزال في قلوبنا وستبقى فيها وفي رسالتها وفي هذا الجيل الذي عاونت بمجهودها الكبير في تكوينه .

نعم انها لم تمت وان روحها الطاهرة بيننا وذكراها ستظل خالدة في نفوسنا .

درية شفيق

رئيسة التحرير

نساء العرب يد واحدة

كان للموقف الرائع الذى وقفته نساء وفود «نساء العرب» فى المؤتمر النسائى الدولى الذى عقد فى فينيسيا اكبر وقع واجمل اثر .

ويتجلى هذا الموقف فى مشروع القرار الذى قدمته الدكتورة دريه شفيق رئيسة المجلس النسائى فى مصر ومعها السيدة كالور ثابت رئيسة المجلس النسائى فى لبنان ونصه :

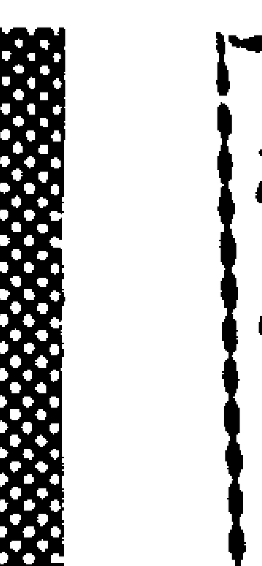
« نحن نساء العرب يدا واحدة لا نقبل بأى حال من الاحوال دخول مجلس نساء اسرائيل المجلس النسائى الدولى قبل تسوية جميع المشاكل الخاصة بقضية فلسطين واعطاء اللاجئين العرب حقوقهم المشروعة وان قضية فلسطين هى قضية العرب جميعا » .

ولهذا الموقف اكثر من مغزى فقد دل اولا على أن نساء العرب يد واحدة وانهن جميعا يعملن لصالح الامة العربية وانهن فى كل مكان أو اجتماع يناديـن بحق فلسطين المسلوب وحق اللاجئين العرب المشردين .

ان هذا المشروع كان له صدى بعيد فى اجتماعات المجلس النسائى الدولى وكان له دوى فى المحافل الدولية والاوساط الدبلوماسية كما كان فرصة مواتية لشرح قضية فلسطين للمشتركات فى المؤتمر على حقيقتها مجردة عن التشويه والدعايات المغرضة التى يعمد اليها خصوم العرب هنا وهناك .

وبنت النيل اذ تشيد بهذه المواقف الرائعة تهنىء سيدات العرب بهذه الوحدة وهذا التضامن لصالح العرب والعروبة .

بنت النيل



بنت النيل السياسية

إعرفى الدنيا ...

جده

لعل أهم أنباء الشهر المنصرم تلك الرحلة الموفقة التى قام بها السيد الرئيس جمال عبد الناصر والقائمقام أنور السادات الى المملكة العربية السعودية فجاة ..

وقد ذهل العالم كله للسرعة الغريبة التى تم فيها الاتفاق بين أقطاب العرب الثلاثة : سعود والامام احمد وجمال عبد الناصر على الميثاق العسكرى بين البلاد الثلاثة

وقد عين اللواء عبد الحكيم عامر قائدا عاما لقوات الميثاق الثلاثى الجديد

لندن

أما لندن عاصمة الامبراطورية البريطانية التى لا تغيب الشمس عنها أبدا كما يقولون ، فقد كانت مشغولة بزيارة بولجانين وخروشتشيف الزعيمين السوفييتيين الكبيرين لها .

وقد اجتمع ايدن رئيس الوزارة البريطانية بالقطبين سبعة اجتماعات متتالية يقال انهم تناولوا فيها العلاقات بين العرب واسرائيل وانهم اتفقوا على سياسة معينة يتبعونها لمواجهة احداث الشرق الاوسط ..

كما أعلن ان خروشتشيف قد أبدى لايدن رغبته فى زيارة أمريكا .

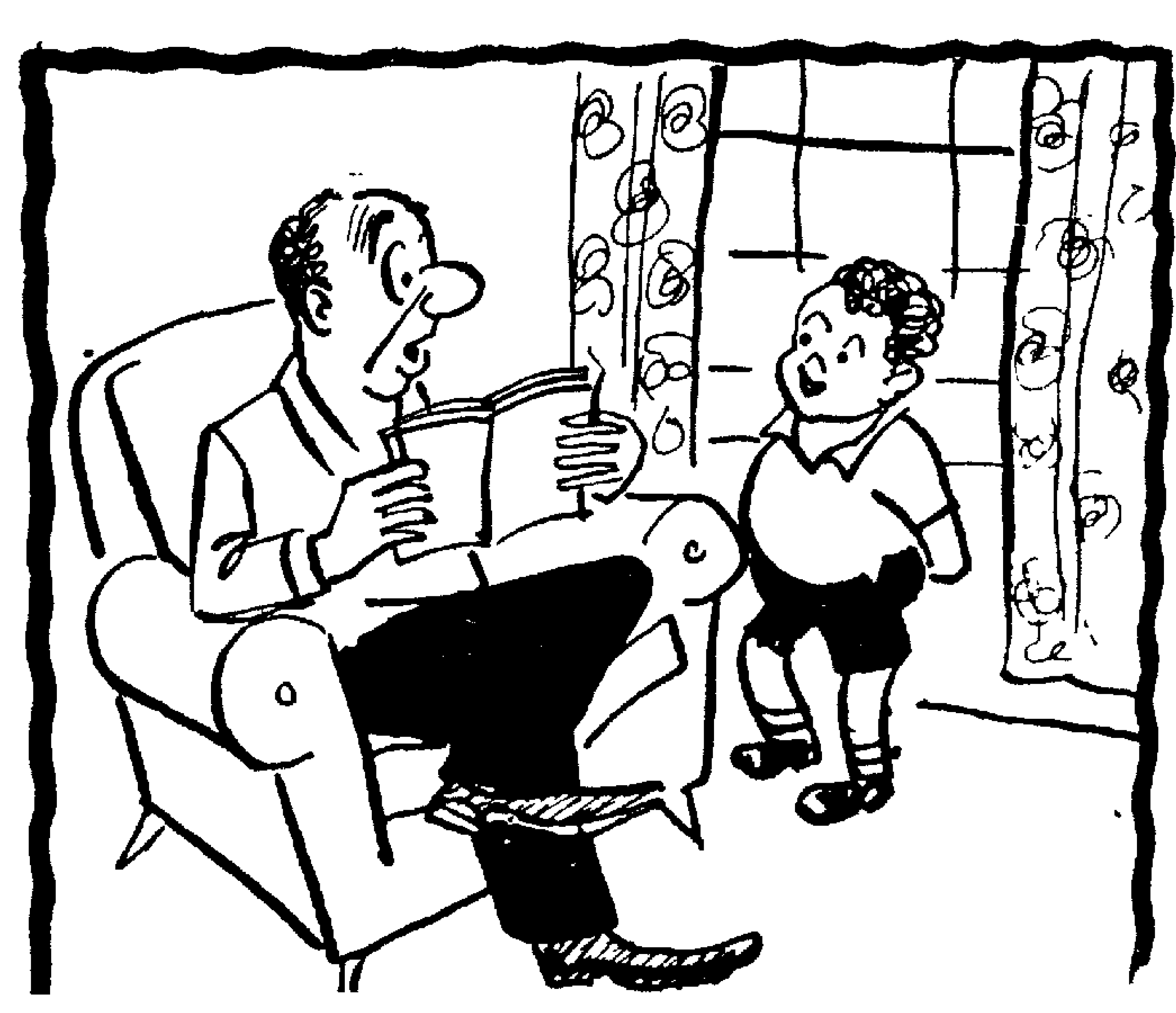
وقد صرحت المصادر السوفييتية بأن بولجانين وزميله ينظران الى زيارتهما لبريطانيا على أنها المرحلة الاولى من الحملة التى يقوم بها الاتحاد السوفييتى لكسب صداقة الغرب ولتأكيد مبدأ التعايش السلمى بين الكتلة الشيوعية والعالم الغربى . وبدأت بعض الصحف البريطانية تتخلى تدريجيا عن الشكوك التى ساورتها بصدد الدوافع وراء زيارة القطبين الروسيين ..

وقد نظم ٢٥ ألف لاجىء سياسى ينتمون الى بلدان شرق أوروبا مظاهرة صامتة احتجاجا على زيارة الزعيمين الروسيين .

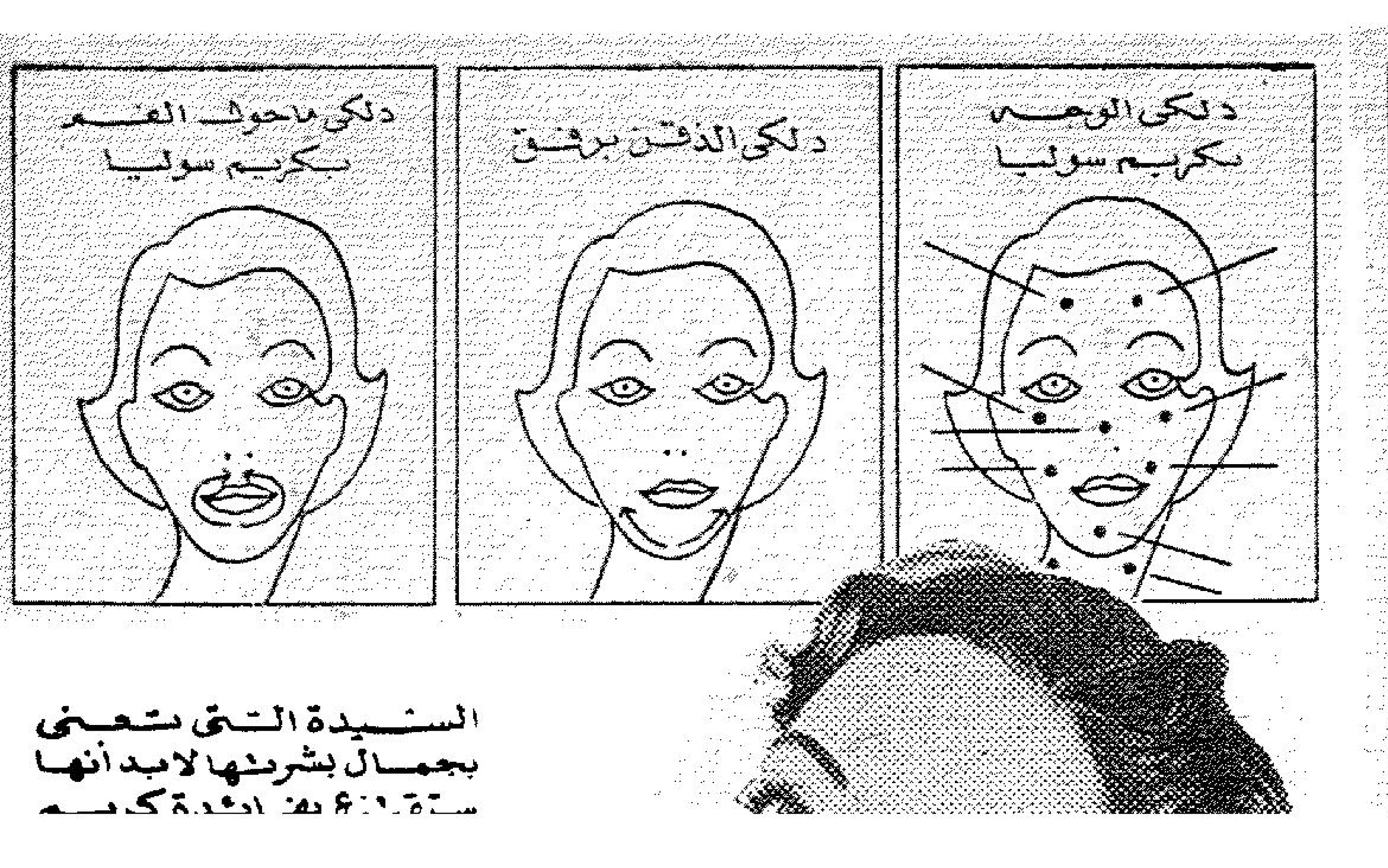
كولمبو ـ سيلان

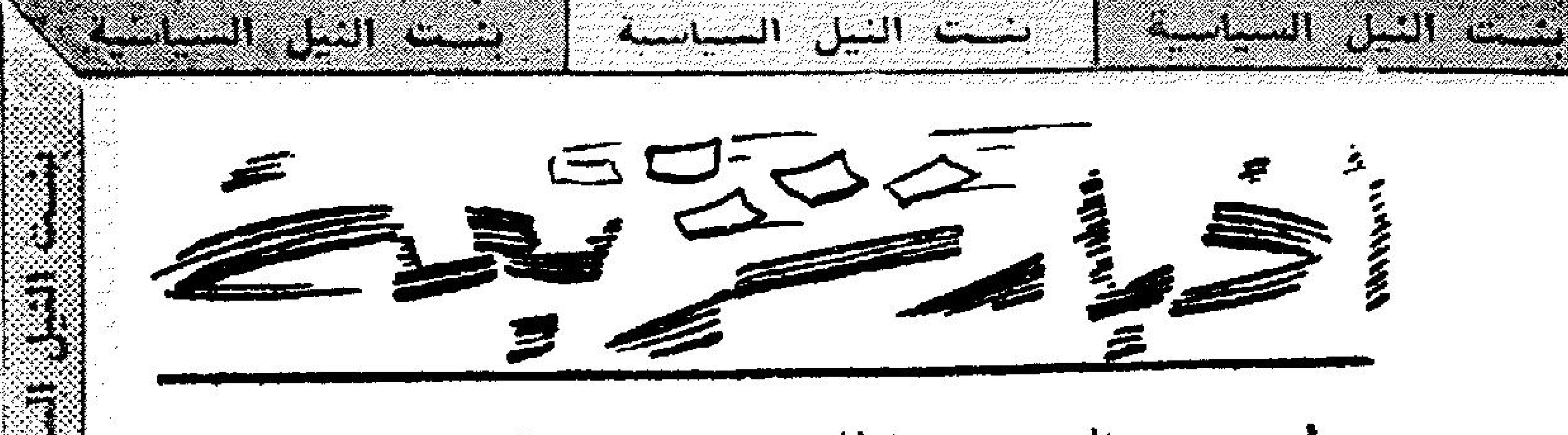
صرحت المصادر العليمة بأنه ينتظر أن تتم فى الصيف القادم الخطوات الاولى لجعل سيلان جمهورية وذلك عند ما يجتمع مستر باندرانيكى رئيس الوزراء الجديد برؤساء حكومات الكومنولث فى لندن .

وقد سبق ان أعلن الرئيس الجديد لوزارة سيلان بأن الدستور الجديد يجب أن يعدل حتى يمكن اقامة الجمهورية .



ممكن يا بابا تدينى مصروف جيبى بدون ما تكلمنى عن ازاى والدك كان بيعاملك بقسوة لاحسن أنا مستعجل على السينما النهارده !





أخبار غريبة

◆ أصدرت السلطات البريطانية بقبرص أمرا باغلاق الاماكن العامة فى بلدة كيرينيا ليلا بعد حادث القاء القنبلة على دورية

الانجليزية التى تنقب عن البترول فى تلك المناطق قد لجأت الى القوة لارغام قبائل المناهيل التى تسكن هذه المنطقة على قبول امتياز

المرأة فى الحياة الاجتماعية



تزور جريس كيلي والامير رينيه هوليود فى نهاية شـــهر العسل

مضايقات الجو

ظل الجو فى مصر يتأرجح بين البرودة والحرارة طوال النصف الاول من شهر ابريل المنصرم .. وتبع هذا التأرجح بطبيعة الحال حيرة سيدات المجتمـــــع المصرى والاجنبى . وكان البعض قد خلع ملابسه الشتوية وارتدى الملابس الصيفية بينما ظل البعض الاخر يرتدى ملابس الشتاء الى أن يثبت الجو ..

خمسون مدعوا

وتحدث المجتمع فى الاســـبوع الاول من شهر أبريل عن وليمـة الغداء الفاخرة التىدعا اليها السيد محمد سلطان عددا من أصدقائـــه ومعارفه بلغ الخمسين .

وكان ضيفا الشرف الامير على خان وبتينا الامر الذى أثار دهشة الجميع .

ومن الاسماء اللامعة التىحضرت هذا الغداء الشهى نذكر الســـيد توفيق بدراوى وعقيلته والـــسيد حسن عبد الله وعقيلته والســيد اسماعيل مظلوم وعقيلته ...

وتحدث الحاضرون أكثر ما تحدثوا عن سباق الخيل والجياد ذات الحسب والنسب .

حفلات الوداع

وانشغل المجتمع فى أوائلالشهر الماضى بوداع سفير اليـــونان والسيدة قرينته اللذين نقلا الى باريس ليملا دولتهما فى العاصمة الفرنسية . وقد تأسف المجتمع لهذا السفر وعبر عن أسفه بأكثر من حفلة أقامها لوداع صديقيـــه الحميمين .

واضطر السفير اليونانى أن يغادر القاهرة الى مقر وظيفتـــه الجديدة قبل قرينته مدام ميلاس التى ظلت لتقوم بحزم أمتعتهـــا وتودع فى الوقت نفسه صديقاتها سيدات المجتمع المصرى .

وداع فى النادى

وأقام وزير الخارجية الاســتاذ محمود فوزى والسيدة قرينتـــه حفلة غداء رسمية فى نادى محمد على تكريما لسفير اليونان والسيدة قرينته بمناسبة مغـــادرتهما مصر نهائيا .

الطعام الايرانى

وأعجب المجتمع اعجابا شديدا بالطعام الايرانى الشهى الذى قدمه سفير ايران فى حفلة العشـــاء التى أقامها تكريما لوزير الخارجية المصرى والسيدة قرينتـــه

موسيقى حتى الصباح

ودعا الاستاذ محمـــود يونس والسيدة قرينته أصدقاءهمـــا العديدين الى حفلة ساهرة كبرى أقاماها فى منزلهما الفسيح . وبلغ عدد الذين لبوا الدعوة المائة .. وأحيا الحفلة فرقة موسيقية مكونة من ثلاثة عازفين . وأقبل المدعوون على أبو جلنبو بالجمبرى والبط بالبرتقال . وارتدت الســيدات أجمل حليهن ، وكانت الازهـــار النـــادرة تملأ المكان . ورقص الحاضرون حتى الساعات الاولى من الصباح دون أن يشعروا ..

موسيقى من تشيكوسلوفاكيا

وأقامت المفوضــــية التشيكوسلوفاكية حفلة بمناسبة وجود الرباعى الموســـيقى التشيكوسلوفاكى « باناتشيك » ، ورأت قرينة الوزير بمناسبة اعتدال الجو أن تقيم الحفلة فى حديقـة المفوضة .. ولم يخيب الجوأملها فيه فقد ظل معتدلا فى ذلك المساء وقدمت الاطعمة الباردة للمدعوين بعد أن استمعوا الى عزف هـــذه الفرقة الوترية . ولبى الدعـــوة وزير الارشاد القومى والســيدة بهيجه حافظ الفنانة المعروفة .. وأعجب الحاضرون كل الاعجـــاب بعازف الكمان الذى كان من ضمن الفرقة والذى يعتبر فى مقدمـــة العازفين العالميين .

على ضفاف النيل

تسكن الســيدة مارى رياض فيلا أنيقة تطل على النيل فى حى منيل الروضــــة .. وقد دعت صديقاتها أخيرا الىحفلة استقبال أقامتها فى هذه الفيلا .

وقالت لنا مندوبتنا التى كانت ضمن اللواتى تلقين الدعوة الىهذا الحفل : ان الحاضرات كن غاية فى الجمال والاناقة .. ومن بين السيدات اللواتى لفتن النظر نذكر السيدة ناهد سرى ونيفين سرى زوجة اسماعيل مظلوم والســيدة لورا قرينة محمد سلطان وليدى كامبل وليدى سمارت ونادبـــه الجمال وغيرهن من ســــيدات وانسات المجتمع المصرى ..

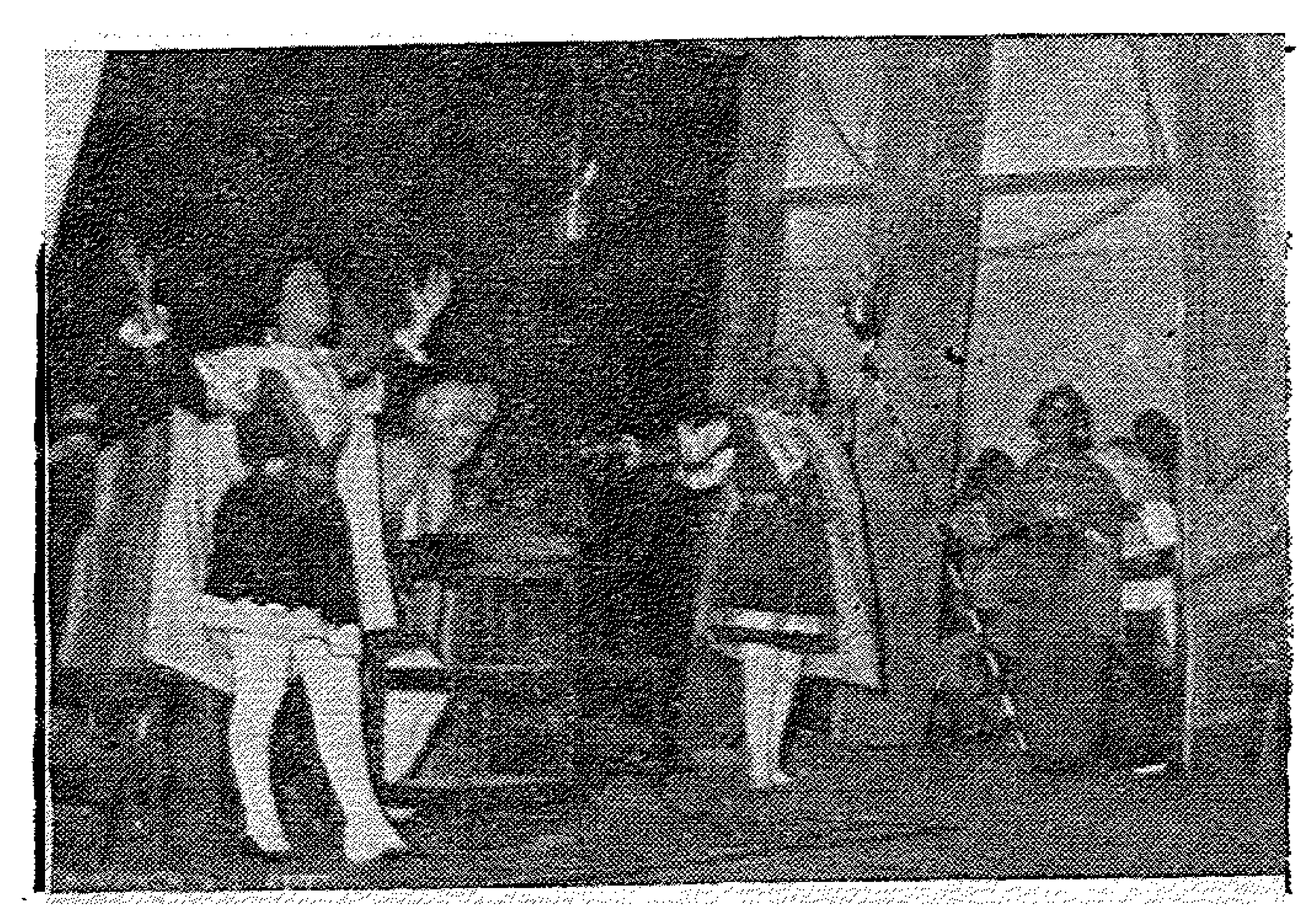
الدكتورة دريه شفيق

وعادت الى القـــاهرة الدكتورة درية شفيق بعد أن حضرت اجتماع المؤتمر النسائى الدولى المنعقد فى فينيسيا للتحضير لاعمال الجمعية العمومية للمؤتمر الذى تقـــرر اجتماعها بكندا عام ١٩٥٧

وممـــا حدث فى اجتماعات المجلس أن الوفود العربية الممثلة فيه اتخذت موقفا موحـــدا ازاء طلب ضم مجلس نساء اسرائيـــل لعضوية المجلس النسائى الدولى .

وقد قدمت الدكتورة درية شفيق رئيسة المجلس النسائى المصـــرى والسيدة لورا تابت مشروع قرار نصه :

« نحن نساء العرب يدا واحدة لا نقبل بأى حال من الاحـــوال دخول المجلس النسائى الاسرائيلى كعضو فى المجلس النسائى الدولى قبل تسوية جميع المشاكل الخاصة بقضية فلسطين واعطاء اللاجئين العرب حقوقهم المشروعة وانقضية فلسطين قضية العرب جميعا .



حفل مدرسة الايمان الثانوية للبنات فى المسابقة التعليمية فى أعياد الربيع



الاميرة عائشة

الاستاذة زينب لبيب

عينت الاستاذة زينب لبيب بوزارة الخارجية وتلك ظاهرة طيبة فى اقبال المرأة المصرية على العمل والاسهام فى خدمة الوطن فى شتى النواحى ·

الام المثالية

مر ميعاد اختيار الام المثالية المصرية لسنة ١٩٥٦ وهو يوم ١٨ مارس الماضى وبذلك تصبح السيدة نادر صبور الام المثالية لسنة ١٩٥٥ الام المثالية لسنة ١٩٥٦ ، عملا بقانون اختيار الام المثالية ولم يجدد الاختيار تستمر الام السابقة أما مثالية للسنة الجديدة

ونعتقد أن جميع المجتمعات النسائية ترحب بهذا الوضع اذ أن السيدة نادر صبور الامينة العامة لاتحاد بنت النيل تعمل بنشاط فى كثير من هذه الجمعيات وانها محبوبة من الجميع

أميرا موناكو

أكد الذين حضروا حفلات زواج أمير موناكو من النجمة السينمائية جريس كيلي أن الامير وزوجته سعيدان بهذا الزواج ولا صحة لما تردد من أن جريس والامير كانت تبدو عليهما الكآبة فى حفلة عقد **القران ·**

الاميرة عائشة تزور مصر

يزور السلطان محمد الخامس سلطان مراكش مصر بعد موسم الحج وهذه أول مرة يزور السلطان فيها مصر وربما يرافق السلطان فى هذه الزيارة الاميرة عائشه كبرى كريماته ·

ميلاد سعيد

احتفل الدكتور عدل الدين سالم والسيدة حرمه بعيد ميلاد نجلهما ابراهيم سالم مساء يوم الخميس الماضى فأقاما افطارا شهيا للمدعوين ثم أعقب ذلك حفلة سمر بين المدعويين من أفراد الاسرة والاصدقاء حتى السحور ·

جوزفين بيكر تفتتح ملجأ

تركت الممثلة العالمية « جوزفين بيكر » العمل على المسرح وقررت الانصراف الى أعمال البر والخير ففتحت ملجأ فى فرنسا لايواء الاطفال الزنوج من بنى جنسها ·

طبعة جديدة من كتاب المرأة المصرية

نفدت الطبعة الاولى من كتاب المرأة المصرية الذى أصدرته اخيرا الدكتورة درية شفيق مشتملا على تاريخ كفاح المرأة وحقوقها من عهد الفراعنة الى وقتنا هذا ·

وتقوم مطبعة مصر باعداد الطبعة الثانية من هذا الكتاب الكبير

دور سينمائي

وعرض على الانسة ليلى لاما أن الارشاد القومى سهرة كبرى احتفالا المصرية مقابل مبلغ خيالى ·· ولكن « ماما » ليلى لم توافق وعارضت بشدة ·· وليلى هى كريمه الممثل المعروف المرحوم بدر لاما وقد ظهرت وهى ما زالت طفلة فى أحد الافلام التى أنتجها والدها وهو فيلم « البدوية الحسناء » ··

الدكتورة درية شفيق بعد عودتها من فينيسيا ويرى فى استقبالها زوجها الدكتور نور الدين رجائى والاستاذ يوسف فهمى

ذكرى مؤتمر باندونج

أقام السيد فتحى رضوان وزير الارشاد القومى سهرة كبرة احتفالا بالذكرى الاولى لمؤتمر باندونج حضرها كثير من سيدات ورجال السلك السياسى العربى والاجنبى وبعض رجالات مصر

واشتمل البرنامج على مشاهد مصرية للباليه لطالبات المعهد العالى للتربية الرياضية للمعلمات باشراف السيدة نفيسه الغمراوى ·· ومتنوعات راقصة لمعهد باليه سونيا ايفانوفا ·

أعياد الربيع

اشتركت مدرسة الايمان الثانوية للبنات فى مسابقة مدارس المنطقة الشمالية التعليمية فى أعياد الربيع حيث أقامت حفلتها السنوية على مسرح القاعة اليوسابية ·· وقد اشتمل البرنامج على بعض التمثيليات واللوحات الحية ·· ورقصات ايقاعية من طالبات المدرسة ، نالت استحسان جمهور المشاهدين ·

ويرى فى الصورة الاولى مشهد من مسرحية جان دارك وفى الثانية رقصة ايقاعية فكاهية ··

الاستاذة زينب لبيب





السيدة نادر صبور





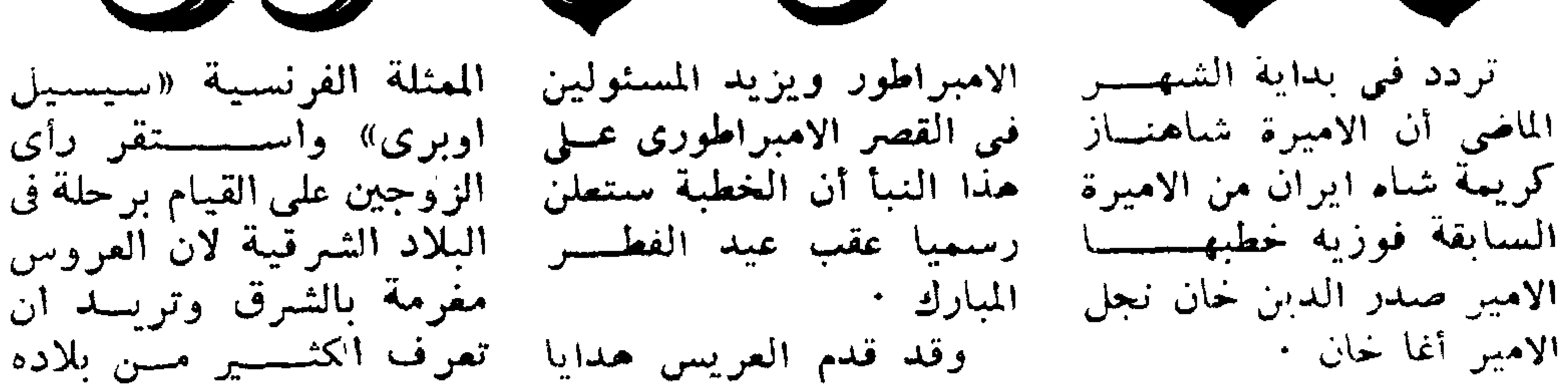
جوزفين بيكر







الانسة ليلى لاما



نساء من الشرق

تردد فى بداية الشهر الماضى أن الاميرة شاهناز كريمة شاه ايران من الاميرة السابقة فوزيه خطبها الامير صدر الدين خان نجل الامير أغا خان .

رددت هذا الخبر الاوساط الاجتماعية فى القاهرة ولكن وكالات الانباء أعلنت فجأة فى نهاية الشهر المنصرم أن الاميرة شاهناز ستتزوج قريبا من نجل الجنرال زاهدى الذى كان رئيسا للوزارة الايرانية من قبل .

والعريس هو أردشير زاهدى ويشغل وظيفة ياور الامبراطور ويزيد المسئولين فى القصر الامبراطورى على هذا النبأ أن الخطبة ستعلن رسميا عقب عيد الفطر المبارك .

وقد قدم العريس هدايا ومجوهرات تزيد قيمتها على ٥٠ ألف جنيه للعروس .

ومما يذكر أن الاميرة شاهناز تبلغ من العمر ١٦ سنة ، وقد تلقت علومها فى سويسرا وحصلت على قسط وافر من الثقافة العالية .

نجل الجلاوى يتزوج ممثلة

وقد تزوج سى حسن نجل الجلاوى باشا من الممثلة الفرنسية «سيسيل اوبرى» واستقر رأى الزوجين على القيام برحلة فى البلاد الشرقية لان العروس مغرمة بالشرق وتريد أن تعرف الكثير من بلاده وعادات أهلها وطبائعهم ..

النهضة النسائية بمراكش

لا ينكر أحد فضل المرأة المراكشية فى كفاح مراكش من أجل الحرية ، فقد كانت حركة دأب لا تهدأ ويوم يكتب تاريخ هذا الكفاح الجبار يعرف الناس مكانة المرأة المراكشية فى الصفوف الاولى بين المكافحين

وتسهم فى الحركة النسائية فى مراكش اليوم بنصيب ملحوظ السيدة « ملك الفاسى » حرم وزير المعارف السيد « محمد الفاسى » وتلقب هناك (بباحثة الحاضرة) .

النهضة النسائية بايران

وتمضى النهضة النسائيه فى ايران الى غاياتها السامية لرفعة شأن المرأة وافساح المجال أمامها وخير دليل على ما تقول هذا الكتاب الذى تلقته الدكتورة دريه شفيق من زعيمة النهضة النسائية فى ايران ، وفى هذا الكتاب تبدى السيدة « مليكه اتزاد» رئيسة الاتحاد النسائى وزعيمة النهضة النسوية فى ايران تبدى اعجابها بالنهضه النسائية المصرية وتؤكد للدكتورة أن سيدات ايران جميعا يتتبعن نشاطها وكفاحها فى تحقيق مطالب المرأة وتؤكد مرة أخرى أن أهداف نساء الشرق واحدة وان نساء الشرق جميعا يسرن الان الى تحقيق هذه الاهداف بخطى سريعة ثابتة

الاميرة شاهناز



السيدة ملكة الفاسى



سيسيل أوبرى



السيدة مليكة اتزاد رئيسة الاتحاد النسائى فى ايران

في ليلة واحدة ...
تتخلصين من الامساك باللبان الملين



اللبان الملين ذو النكهة المنعشة



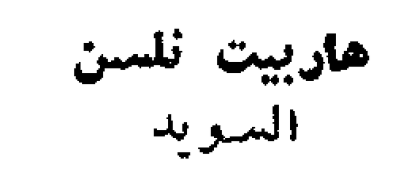


ميا كرون
هولندا

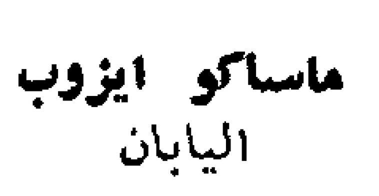
كلاريس كاستروسوارس
البرتغال



زينب البيل
مصر



هاربيت نلسن
السويد



ماساكو ايزوب
اليابان

مع مثاليات العالم في باريس

باريس — لمندوبة بنت النيل : وصلت الى باريس ما بين ٥ أبريل الماضى والثامن منه الانسات المثاليات اللواتى فزن فى مسابقة مجلة « ال » بالاشتراك مع المجلات النسائية العالمية لاختيار الانسة المثالية لسنة ١٩٥٦

وقد وصلت الانسة المثالية المصرية زينب البيلى يوم ٧ أبريل فاستقبلها فى المطار مندوبة من مجلة « ال »

وقد نزلت المثاليات فى فندق نابليون ونظم لهن برنامج حافل لمشاهدة معالم باريس والطواف بمقاطعاتها الشهيرة .

مسابقة اختيار المثالية العالمية

وقبل ان اشرح لقارئات « بنت النيل » الرحلات التى قام بها المثاليات أذكر لهن الطريقة التى اتبعت معهن لاختيار المثالية العالمية والاسئلة التى وجهت لهن فى هذه المسابقة .

ففى يوم ١٩ ابريل أقيم حفل عام دعى اليه رجال الصحافة والفكر ووجهت أسئلة خاصة للمثاليات وطلب الى كل واحدة منهن ان تجيب عليها بعد ان توفي جميع البيانات الاخرى الخاصة بالاسم والسن والجنسية والثقافة وهذه الاجابات اعتبرت سرية للعرض على لجنة التحكيم التى اختارتها مجلة « ال » لتفضيل أحسن اجابة

ثم وجهت الى المثاليات أسئلة عامة بعد ذلك لاختيار مدى تعريفهن لشئون الحياة ومن هذه الاسئلة :

١ — اذا عاد زوجك من العمل مرهقا فهل تمطرينه بوابل من الاسئلة بمجرد وصوله ..؟

٢ — اذا كانت لدى زوجك هموم هل تشاركينه فيها ..؟

٣ — هل ترضين ان تكونى عبدة لزوجك ويكون هو السيد المطاع .؟

وقد اختلفت اجابات المثاليات على هذه الاسئلة العامة وكانت اجابة المثالية المصرية عليها موضع تقدير واعجاب .

فقد اجابت على السؤال الاول بقولها : اذا عاد زوجي مرهقا من عمله فاني لا أزعجه بالقاء الاسئلة عليه بل اعمل كل ما فى وسعي ليطمئن وتهدأ أعصابه ويزول عنه هذا

المثاليات فى طريقهن الى رحلة على احدى طائرات اير فرانس لزيارة احدى المقاطعات الفرنسية .











كارولين فرنسيس كلبرى
استراليا

ان مارى كولمانت
ايطاليا

فرانكا مارلى
بلجيكا

جوان ماتوس
انجلترا

ادلهير الباث
المانيا

الارهاق ثم افاتحه فى بعض الامور التى تهمه والتى يسر لهـا الى ان يسرد على هـو أسباب متاعبه وارهاقه وأن امتنع فلن افاتحه ولا أذكـره بمتاعبه ·

وأجـابت على السـؤال الثانى : بدون شك أشارك زوجى فى همومه وأشعره بذلك حتى أخفف عنه آلامه وأسرى عنه همومه ·

وأجابت على السـؤال الثالث بقولها : ان الحيـاة الزوجية ليست عبودية وانما هى حب متبادل وعاطفة وتقدير فاذا خرجت عن هذا المجال تفقد اهم مقوماتهـا ولا تساوى شـيئا على الاطلاق

وعرضت فى هذا الاجتماع الكبير الاجابات التى كـانت سببا فى اختيـار كل من المثاليات فى دولتها والتى استحقت لقب المثالية بهـا أمام لجنة التحكيم فى بلدها

ومن بين هذه الاجـابات اجابة الآنسـة « مارلين جراف» الامريكية التى قالت فيها « **الزواج السـعيد والحياة العائلية هى الهدف العظيم فى الحياة** »

وأجابت « ليـلى مولر » وهى سويسرية الجنسـية ضمن اجابتها « **لنعمـل كلنا للسلام** »

واجـابة « كـلاريس سوارز » من البرتغال كانت «**لتكن حياتنا نشوة وجمالا**»

واجـابة «مازاكو ايزوب» من اليابان كانت « **ابتسمى دائما مهما حصل لك** »

واجابة « كارلين كليرى » من استراليـا « **آمنى بالله فالمستقبل لك** »

واجابة (فرانكا مارللى) وهى ايطالية قالـت « **ثقى بنفسك لتكونى سعيدة** » ·

واجـابة « آن مـارى كولمانت » وهى بلجيكيـة قالت « **انسـات العـالم لنتحد** »

واجابة « جان ماتيوز » من انجلترا كانت « **اعملى دائما واستغل حظك** »

واجابة « أولهيـدس الياس » من المانيـا كانـت « **كونى مخلصـة واعرفى نفسك** »

واجابة المثالية المصرية زينب البيلى كانت « **العالم فى يد المرأة فحافظى على السلام** »

واجابة « مارى كليـر ماتيب » من الكامرون كانت « **اجعلى الناس سعداء تكونى سعيدة** »

• • •

هذه بعض اجابات المثاليات التى جعلتهن مثاليـات عن انسات بلادهن لعام ١٩٥٦ ، وكان الحاضرون يصفقـون اعجابا بعد كل القـاء كل اجابة من هذه الاجابات

رحلات ممتعة

وبعد هذا الحفل الكبـير قام المثاليـات برحـلات ممتعة فى انحـاء باريس ومقاطعاتها وزرن متاحفهـا المشهورة ·

زواج جريس كيلى

وحضرت الفتيات المثاليات فى مونت كارلو حفلة زواج أمير موناكو للنجمـة الامريكية الذائعة الصيت « جريس كيلى »

من هى المثالية العالمية ؟

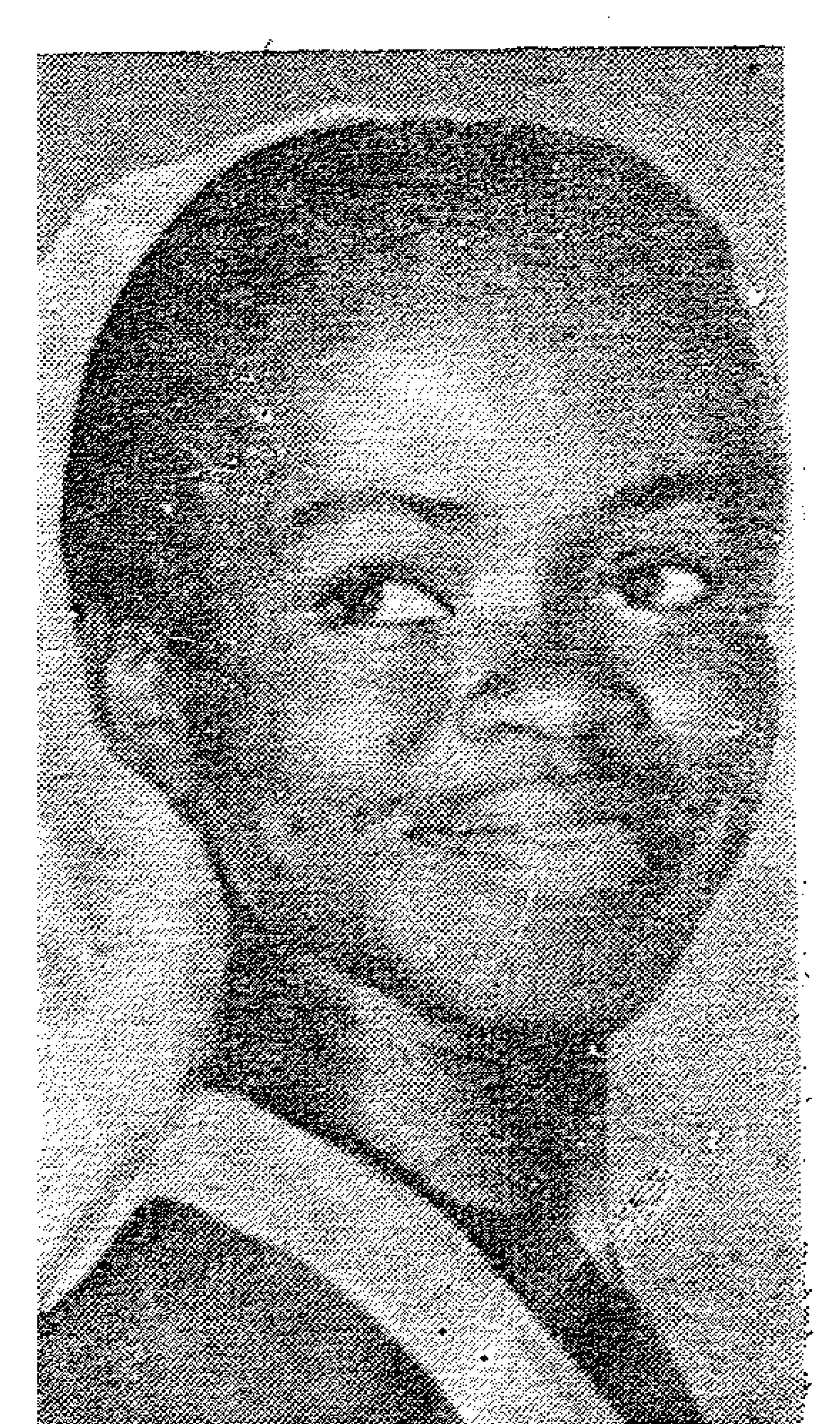
وأنا اكتب اليكم هـذه الرسالة ولم تذع بعد نتيجة اختيار الانسة المثاليـة العالمية ·

مع كوليت موتون

وتروى «كوليت موتون» المثالية الفرنسية التى زارت مصر وقضت بها أسبوعين فى ضيافة مجلة «بنت النيل» مشاهداتها الجميلة فى مصر ومناظرها الخـلابة وأناقة المصريات ورقتهن ·

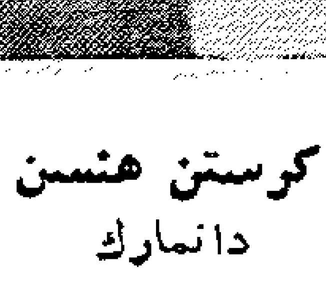
ويقبل زميلاتها المثاليات فى العالم على حديثها عن مصر ويفضلنه على أى شىء اخر ·

اقلبى الصفحة



مارى كلير ماتيب
احدى مثاليات الاتحاد الفرنسى







مارلين لى جريفس
الولايات المتحدة

كرستن هنسن
دانمارك

ليلى مولار
سويسرا

مسابقات جديدة لبنت النيل



شركة كرنك السياحية

وذكرت باسهاب جمال الرحلة التى نظمتها لها شركة « كرنك » للسياحة فى صعيد مصر وفى سيناء والبحر الاحمر والسويس وكيف أنها كانت رحلة جميلة وجذابة ومغرية للغاية وبالرغم من طول الرحلة فانها لم تشعر بأى تعب نتيجة للعناية العظيمة التى لقيتها من شركة « كرنك للسياحة » خلال هذه الرحلة الطويلة التى كانت تحت اشراف السيدة بول خورى حداد مضيفة شركة الكرنك .

مصلحة السياحة

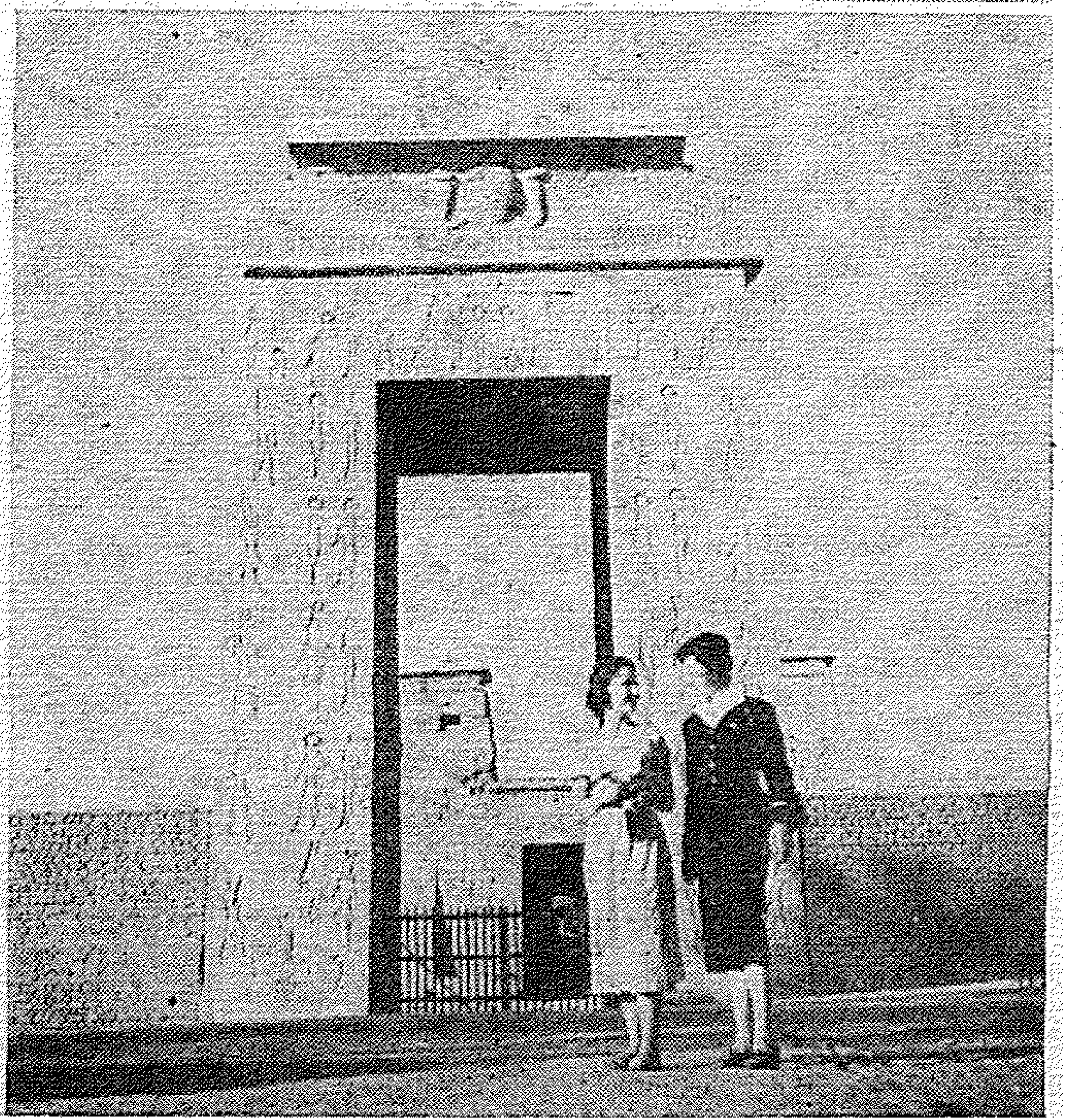
وكذلك تذكر بكل اعجاب عناية مصلحة السياحة المصرية واهتمامها الزائد بها وتشكر لها تقديرها لها باستقبالها فى المطار وتوديعها فيه عند سفرها والتسهيلات المهمة التى أمر بتقديمها لها السيد رشاد مراد مدير المصلحة .

تذكر كل هذا لزميلاتها وكأنهن فى حلم من جمال ما يسمعن عن مصر وآثارها ونيلها وجمال جوها حتى كانت كل منهن تتمنى ان تكون مكانها فى هذه الرحلة العظيمة حقا .

مسابقات جديدة لبنت النيل

هذه هى الرسالة التى تلقيناها من مندوبة « بنت النيل » فى باريس » .. و « بنت النيل » تستعد لمسابقة أخرى كبيرة تشترك فيها جميع القارئات وسيكون للفائزة الاولى حق السفر الى الخارج فى رحلة ممتعة كما توزع هدايا قيمة على غيرها من الفائزات فى هذه المسابقة فاحرصى على متابعة « بنت النيل » حتى لا يفوتك الاشتراك فى هذه المسابقة الكبرى .







فى الصورة الاولى الدكتورة درية شفيق والسيد رشاد مراد مدير السياحة والسيد مدير الجيزة وحكمدارها ومعهم المثاليين فى الحفلة التى أقامتها بنت النيل بفندق مينا هاوس تكريما لهما .

فى الصورتين الثانية والثالثة المثالية البارسية تزور آثار مصر .

وفى الصورة الرابعة شاعر مصر عزيز أباظه يسمع حديث المثالية الفرنسية عن مصر .



المرض الذى يشوه الساقين

جئت يا دكتـــور لأريك تمدد الاوردة عندى «فاريس» لقد سمعت أنه فى الامكان ازالة هذا المرض بواسطة الحقن • ولكن يظهر أننى سوف أتألم بشدة من هذا العلاج • الشىء الذى يجعلنى أتردد ، خاصة وقد علمت أن هذا التمدد لا يلبث أن يظهر مرة أخرى •

– قبل أن أجيبك يا سيدتى العزيزة على هذا السؤال يجب أن أعطيك بعض الشرح ، ان الاوردة أنابيب يعود الدم عن طريقها الى القلب بعد أن يكون قد أعطى أوكسيجينه للانسجة التى يغذيها • وحينما تكونين فى وضع عمودى فان على الدم أن يكافح ضد النقل ليصعد الى القلب • لذا فان الاوردة مزودة بصمامات صعوده وتحول دون سقوطه •



وعندما لا تقوم هذه الصمامات بعملها كما يجب فان العمود الدموى كله ابتداء من القلب يضغط على الاوردة وينتصر على مطاطيتها • ويحدث من جراء ذلك تمددات دائمة على شكل حباب تشوهها : وهذه الظاهرة تسمى « فاريس » • ومن الملاحظ أن النساء طويلات القامة يضغط عمود الدم عندهن على جدران الاوردة بشدة • كذلك النساء البدينات فان الشحم يضغط على أوعيتهن والنساء اللواتى يضطرهن عملهن الى الوقوف مدة طويلة فانهن معرضات للاصابة بنفس الداء •

وفى فترات الحركة الهرمونية « الميعاد الشهرى والحمل » حيث يزيد انتفاخ الاوردة فيساعد على ظهورها •• وعند المرأة الحامل على وجه الخصوص فان الاصابة بهذا الداء تكون نتيجة لضغط الرحم على الاوعية الدموية الغليظة التى توجد فى أسفل البطن •

– ولكن أنا يا دكتور ؟

– أنت يا سيدتى ضحية حياة المدن الجامدة ، والهواء غير النقى والطعام الدسم واضطراب أعصابك الدائم وسمنتك • وهى جميعا عناصر تبطىء الحركة الدموية وتضعف الانسجة الوريدية • لذا فانى أوصيك أولا بتناول غذاء بسيط ومعتدل ومتزن •

وسوف أصف لك بعض الوصفات المشتركة اوغيرها من الاعشاب التى تتعاطينها تنظم الدورة الوريدية .. ولكن هذا العلاج الذى يمنع استشراء المرض ولا يزيله تماما •

– والحقن ؟

– ان هذا العلاج من شأنه حقن الاوردة المصابة فى عكس اتجاه الدورة الدموية بمستحضرات مختلفة تعمل على تقويتها وسدها ، مثل ساليسيلات الصودا والكينين الاوريتان ومحلول الأيودوئيودورى الخ ••• وان كان المحلول قد أذيب تماما فانك لن تشعرى بأى ألم أو بألم سريع يشبه وميض البرق •

وان هذا العلاج لا يفيد الا فى حالة الفاريس الصغيرة والمتوسطة • أما النساء اللواتى أهملن ذواتهن فتركن هذا التمدد يكبر ويستفحل ، فان الحقن لا تجدى فيه نفعا • وفى هذه الحالة يلجأ الاخصائى الى الاستئصال بواسطة الجراحة •

– بعد كم من الوقت يعود هذا التمدد أو هذا الاحتقان الى الظهور ؟

– ان الاوردة المنتفخة التى استؤصلت لا تعود الى الظهور أبدا • أما تلك التى عولجت بطريق اخر فانها تعود الى الظهور ان أهملت العناية بها • وبالفعل فان العلاج الطبى لا يجدى نفعا الا ان سرت على نظام صحى يحول دون ركود الدم فى الاوردة ويقويها •

امتنعى عن •••

الوقوف فى مكان واحد دون حركة لمدة طويلة • وان كنت مضطرة الى هذا الوقوف اقفزى من وقت الى آخر على احدى القدمين ثم على الاخرى خطى بعض الخطوات على طرفى قدميك أو ان كان عملك لا يسمح لك بذلك ، ارفعى عدة مرات كعبيك وأنت واقفة فى مكانك وطرفا قدميك على الارض •

◆ امتنعى أيضا عن وضع الساق على الاخرى وأنت

جالسة أو عن ادخال الكعبين تحت المقعد الذى تجسلين عليه ، الشىء الذى يضغط على الاوردة • امددى ساقيك مع ثنى الركبتين قليلا وارخاء العضلات •

◆ امتنعى عن لبس الحمالات أو أى شىء اخر من نوعها كالاحزمة والكورسيهات الضيقة •

◆ امتنعى عن تعريض ساقيك للشمس أو للبرد أو لاى تأثير اخر •

نوصيك أن ...

◆ تنامى وساقاك مرفوعتان قليلا من عند الركبة • ضعى وسادة بين سوستة السرير والفرشة أو ضعى تحت أرجل السرير عند القدمين قطعة من الخشب لرفعه قليلا •

◆ تمشى يوميا بخطوات نشطة • ومن وقت لاخر أثناء مسيرك امشى على طرف قدميك • ارتدى أحذية واسعة ذات كعب واطىء .. ولكن لا مانع من ارتداء الكعب العالى بين وقت واخر •

◆ تقومى بالاعمال المنزلية الاتية وأنت جالسة : الكى ، تقشير الخضروات ، تحضير الحلوى ، الخ ...

◆ تتمددى بدلا من أن تجلسى فى أوقات الراحة ، أو أثناء المطالعة •

◆ تزاولى السباحة : فان حركات الساقين فى الماء هى عبارة عن تدليك طبيعى ينشط دورة الدم • كذلك حمامات البحر فانها ذات أثر طيب جدا • ولا بأس أيضا من ركوب الدراجات ان توخيت الاعتدال •

احتياطات لا بد منها

◆ ارتداء الجوارب الخاصة بالفاريس أو تمدد وانتفاخ الاوردة • ارتديها قبل أن تتركى سريرك وأنت مستلقية على ظهرك وساقاك عموديتان • دلكى الساق بخفة ثم افردى الجورب من ظهره على وجهه •

◆ وهذا تمرين مفيد للغاية : وأنت فى سريرك قبل النوم ، ارفعى رأسيا ساقيك لمدة دقيقة أودقيقتين واجعلى عضلات بطن الساق تتحرك باطالة طرف القدم ثم اعادتها فى اتجاه الركبة عدة مرات متتالية • ادهنى الساق بخفة بكريم خاص أو مغذ • ثم قومى بعمل تدليك خفيف ابتداء من الكعب الى الركبة لتفرغى الاوردة وتمنعى ركود الدم فى الانتفاخات الوريدية أثناء الليل ، انهى هذا التمرين المسائى بتحريك الساقين كأنك راكبة دراجة •

◆ وضع الساقين عاليتين ضعى بطن القدم « الكعب وبطن الساق يظلان فى الفراغ » على حافة قطعة أثاث أعلى من المقعد الذى تجلسين عليه • لا تمدى ساقيك تماما ، اثنى الركبتين ثنيا خفيفا ، ذلك أنه يجب عليك ألا تشدى أوردتك ولا تضغطى عليها • قومى كل خمس دقائق بحركة التبديل مع رفع الساقين دائما •

◆ ان وضع الساقين فى الماء البارد ينشط حركة الدم • املئى البانيو بحيث يصل الماء فيه الى تحت الركبة ثم سيرى فيه ذهابا وايابا • اقفزى على طرفى قدميك لمدة دقيقة فى أول الامر ثم لمدة دقيقتين فثلاث دقائق •

◆ وأخيرا فان للحذاء دخلا كبيرا فى ازاله هذه الانتفاخات أو التمددات الوريدية • والنعل الذى يناسب تقوس بطن القدم يحول دون ظهور الفاريس وان ظهرت فانه يعمل على ازالتها •

طبيبك الخاص

زهرات نابغات فى الفنون الجميلة

أكاد اشعر بأنه كلام معاد ، حين أقدم لهذه الكلمات بقولى ان المرأة المصرية الحديثة قد غزت كل ميدان من ميادين الانتاج فى مصر ٠ فقد بات شيئا مفروغا منه تماما أن الفتيات قد تركن آثارا قيمة فى كل ميدان من ميادين العلم والفن والثقافة والمعرفة ٠

ومع عدسة « بنت النيل » أحببت أن جول فى هذا الميدان من ميادين الانتاج لأشهد فتيات مصر الحديثة يصنعن الفن الخالد بأيديهن الساحرة ٠

على الباب ٠٠

كنت أخطو أول خطوة داخل باب كلية الفنون الجميلة حينما كانت فتاة فى عمر الربيع تسير شامخة فى اعتزاز ، وقد حملت فى يديها مجموعة كبيرة من أوراق الرسم وأدواته وألوانه ، وتأخذ طريقها أمامى الى احدى قاعات الكلية ، لتأخذ مكانها بين زملائها الفتيان جنبا الى جنب ، ولتعد أوراقها فوق لوحتها الخشبية، ثم تمسك « البالية » بيسراها بينما تعمل يمناها فى مزج الالوان الزيتية مزجا فنيا دقيقا ، وتغمس فرشاتها فى هذه الالوان ثم تمر بها على صفحة الورق الابيض فتحيلها شيئا جديدا وتصنع منها هذا الشىء الذى اسموه من قديم « الفن » !

بنت البلد

وأرسلت عينى الى « الموديل » ، كانت واحدة من « بنات البلد » « بسحرهن الجارف الاخاذ ، اتخذت لنفسها مكانا ظاهرا وسط القاعة ، ووقفت فى صبر تنتظر الاذن لها فى أن تستريح ٠

واحترمت ارادة بنت البلد ٠٠٠ وكانت هى الصورة التى لم استطع فى كلية الفنون الجميلة أن احصل عليها ٠٠

زميلات .. وزملاء .. فى المرسم الحافل باللوحات الفنية ..



الايدى الناعمة

ومررت بقسم الزخرفة ، لاشهد فتياتنا العصريات وهن يباشرن دراستهن العملية ، ليكن بعد عدد قليل من السنين حاصلات على دبلوم عال فى فن بقى زمنا طويلا وقفا على الرجال ..

وفى قسم النحت ، كانت الايدى الناعمة تعمل بقوة ، كانت الايدى التى عهدناها من قبل تغذى نفسها بالكريم والمساحيق وتجمل نفسها « بالمانيكير » ... كانت هذه الايدى تعمل بقوة وقد حملت بين أناملها الازميل وراحت تجعل من الصخر الصلد تماثيل معبرة تكاد تسأل الله هبة الروح ... لتتكلم .. !

فى هذا القسم ، شاهدت كريمة أحد رجالنا الاجلاء — هو الدكتور محمد حسين هيكل — الطالبة بالكلية ، وقد وقفت فى جد وفى عناية وفى تصميم ، تنحت الصخر لتصنع منه تمثالا ..

.. ولكن

كانت اعمالا رائعة وجميلة تلك التى شاهدتها بين ايدى طالبات الجيل ، سواء فى قسم الزخرفة أم فى غيره من الاقسام ، ولقد شاركت الطالبات الطلبة فى التفوق والتقدم والانتظام فى التحصيل .

ولكن شيئا آخر قد لمسته ... شاركت فيه الطالبة الطالب فى هذه الاعمال ، وأحببت أن أشير اليه ، هو ان الاعمال القيمة تزداد قيمة فى الناحية الفنية حين تكون متصلة بموضوعات اجتماعية من صميم حياتنا ..وهومالم أشاهده فى هذه الجولة ، وأرجو أن اراه قريبا .. !

فنانات فى كل مكان

من هنا ، من هذا المعهد الفنى، خرجت من قبل قوافل الفنانين المصريين والفنانات المصريات .

وفى هذا المعهد كانت دراسة هذا الفليق الضخم من الفنانات المصريات ، اللائى تغمر أعمالهن الفنية المعارض فى كل مكان ، واللائى أرسلتهن الحكومة فى بعثات الى الخارج يعرضن فن المصريات هناك ، ويحصلن ما يستطعن تحصيله من علم جديد ..

وفى هذا المعهد الرفيع ، استوقفتنى أعمال الفنانات الطالبات فى لوحات الرسم والتصوير والزخرفة وأعمال النحت وغيرها ، تماما كما استوقفتنى أعمال الطلاب .

صناعة الاحساس

ولقد شعرت أن أولئك جميعا انما يصنعن فن الاحساس ، فن المشاعر المتباينة المتفاوتة ... يصنعونها ويصنعنها شيئا جميلا معبرا بقدرة العارفون بالقبس العظمى التى تنطوى عليها أعمال اهل الفن ..

انه احساس الفنان ، انها مشاعره ، تنعكس فى صفحة من الورق او فى قطعة من الطين اوفى كتلة من الخشب او الصخر ... فتجعل منها جميعا اشياء ذات قيمة فنية رائعة .

وتحمل فى ثناياها اسم مصر ، واسم المرأة المصرية المتفوقة فى كل الميادين ...



أمام اللوحة التذكارية للمرحوم الفنان احمد صبرى

رجل له ذكرى

وحين كادت جولتى تنتهى ، وجدتنى أقف أمام لوحة للمرحوم الفنان احمد صبرى ..وهورجل له ذكرى فى قلب كل فنان أصيل عرف لهذا الرجل قدره وأفاد من علمه ومن مدرسته الفنية الباقية.

ثم خطوت عائدا الى دار « بنت النيل » لاضيف صفحة جديدة الى سفر المرأة المصرية العامر الزاخر بالصفحات ...

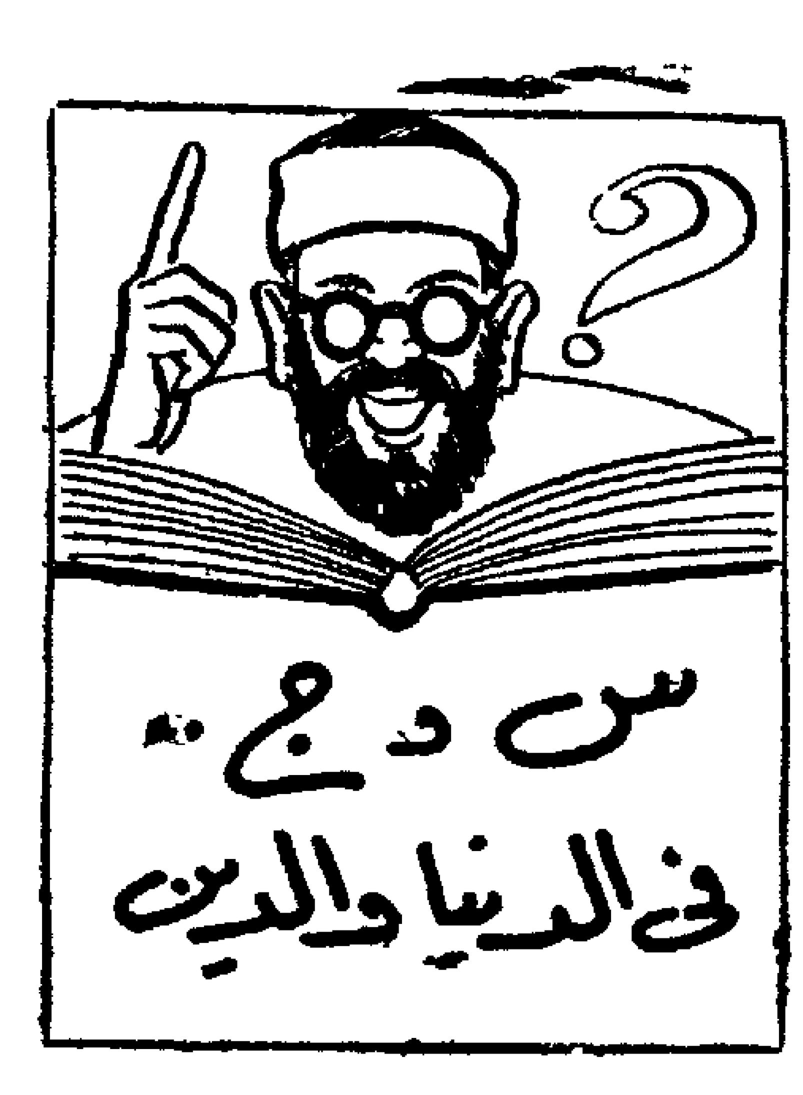
ى. فهمى

ايد ناعمة .. فى فن النحت

فى قسم الزخرفة .. نشاط ملحوظ .. وانتاج رفيع ..

خطب بن جوريون بعد اتفاقه الاخير مع همرشلد محبذا الحرب

همرشيلد ـ أنا احترت مع بن جوريون كل ما اسد باب يفتح باب جديد للشكل



س ـ أني اعمل في أحد البنوك منذ ١٠ سنوات وقد تزوجت أخيرا ونظرا لبعد محل عملي عن مسكننا القريب من محل عمل زوجي لم يعد في استطاعتي الجمع بين عملي بالمنزل وعملي في البنك • ففكرت في البحث عن عمل اخر ملائم ولكني أخشى اذا ما وجدت العمل الجديد وقدمت استقالتي من البنك أن يسقط حقي في المكافأة المستحقة • فما الحل ؟

ج ـ اذا لم يمض بعد على عقد زواجك ٦ شهور فلك ان تقدمي استقالتك للبنك قبل انقضائها حتى تحفظي حقك في المكافأة المستحقة لك كاملة مادمت لا يمكنك الجمع بين عملك في البنك ومنزل الزوجية وابحثي عن عمل جديد وقت ماتشائين والا فاستمرارك في عملك بعد انقضاء ٦ شهور من تاريخ عقد الزواج يسقط حقك في المكافأة وتركك العمل بعد ذلك يعتبر فسخا لعقد العمل من جانبك ويسقط حقك في مكافأتك •

س ـ توفيت الام ولا زال أولادها أطفالا وتزوجني الوالد بعد عام من وفاتها ولكنه كرس حياته لهم وظل يعمل ويكد في تجارته ليسعدهم ويعلمهم حتى اطمأن الى مستقبلهم فزوج البنت وتخرج الولدان من كلية الهندسة ونجحا في حياتهما العملية نجاحا باهرا وتزوجا ومضيت أعواما سعيدة مع زوجي واولادنا ولكن للاسف منذ عدة شهور خسر خسارة فادحة أدت الى أفلاسه واصبحنا لا نجد قوت يومنا وكلما طلبنا من الاولاد الكبار مساعدة رفضوا رغم ثرائهم وأجابوا بأنهم ليسوا مسئولين عنا وان والدهم قادر على الكسب وافلاسه لا يمنعه من مزاولة عمل نعتات منه • ولا أنكر أن صحة زوجي جيدة وانه قادر على العمل ولكن أليس من القسوة أن نطلب منه حاليا وهو لم يفق بعد من صدمة افلاسه بأداء أي عمل بعد أن كان من كبار التجار ؟ دلوني على طريق اتخذه ؟

ج ـ ما دام أولاده من الجحود بحيث أنهم لم يمدوا اليكم يد المساعدة رغم كونهم موسرين فما عليكم الا رفع دعوى نفقة ضدهم اذ أن الاصل يستحق النفقة اذا كان فقيرا سواء كان قادرا على الكسب او عاجزا عنه • أما الفرع فلا يستحق النفقة الا اذا كان فقيرا عاجزا عن الكسب والاب تجب له النفقة على ابنه الموسر والابن الفقير الكبير القادر على الكسب لا تجب له النفقة •

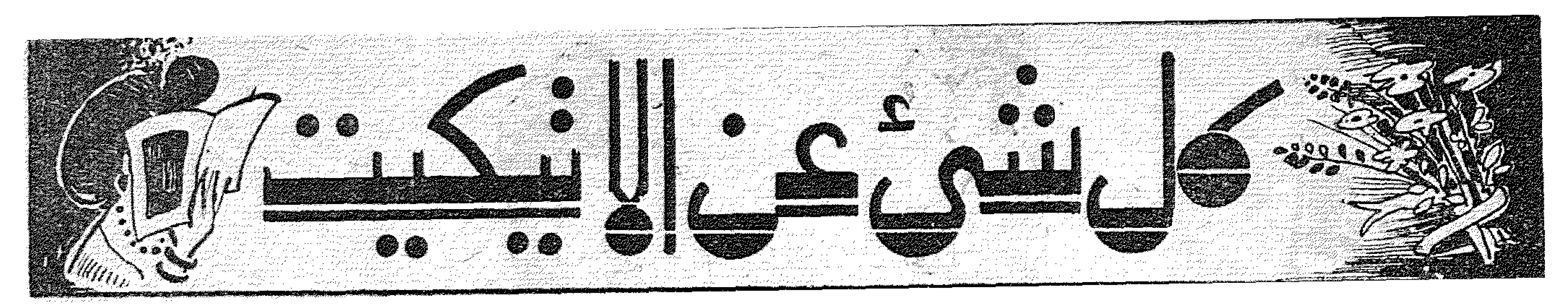
س ـ اقترن زوجي بأمرأة أخرى وطلقني منذ ٤ سنوات وليس لي في الدنيا أمل غير ابني وكان عمره حينذاك ٣ سنوات وابنتي وكان عمرها سنة • وهو يلح الان في طلب ابنه لبلوغه السن القانونية ويهددني بالالتجاء الى القضاء • ما حيلتي• وقلبي لا يطاوعني أن أتركه يعيش تحت رحمة امرأه حتى البلوغ • أنا التي لم أتزوج من أجل ولدي وأعيش من أجلهما فقط ؟ •

ج ـ لا يمكن رعاية ابنك او بنتك حتى سن البلوغ الا اذا اثبت أن اباهما غير أمين عليهما من الناحية العقلية أو الخلقية •

وكونه متزوجا من غيرك لايعطيك حق الاحتفاظ بولدك ولكن للقاضي في هذه الاحوال أن يأذن بامتداد حضانة الصغير الى تسع سنوات والصغيرة الى ١١ سنة اذا تبين أن مصلحتهما تقتضي ذلك •

س ـ قسا على القدر ومات بعد أسبوع من عقد قراننا في حادث أليم • فهل أرد لاهله مقدم الصداق الذي قبضته ما دام الزواج لم يتم ولم أقم بتأثيث المنزل ؟

ج ـ القانون أعطاك الحق في هذه الحالة بكل المهر فلك أن تحتفظي بمقدم الصداق وأن تطالبي ورثته بمؤخره الذي استحق لك بوفاته ولو قبل تمام الزواج وهو دين على التركة • اما راى المجتمع فيما يجب عليك عمله في حالتك هذه فهو أمر متروك لك •



على مائدة الطعام

ان الالحاح على المدعو أن يأكل هذا النوع من الطعام بدلا من النوع الاخر قد بطل تماما . لقد لبى ضيفك دعوتك له الى الغداء أو العشاء . فلا حاجة بك اطلاقا أن تجبريه على الاكل أكثر من طاقته . عليك فقط أن تقدمى له طبق الطعام وعليه هو أن يغرف منه . فاذا ما فرغ من هذا اللون أعرضى عليه أن يغرف منه ثانية ، فان قبل كان به . أما ان رفض فلا تلحى عليه . فقد يفضل أن يأكل من لون اخر ... واعلمى يا سيدتى أن ضيفك لن يخرج من عندك ليذهب الى المطعم . لقد جاء ليأكل أكلة كاملة لا نصف أكلة ! أما ان كنت تعلمين أن ضيفك خجول فلا بأس من أن تلحى عليه بعض الشيء . ولكن من دون أن تضايقى غيره من المدعوين . اذ يجب عليك أيضا ان تحترمى شعور الجميع خاصة ان كانوا ضيوفك .



التلفون أم الخطاب ؟

ان كنت تريدين دعوة أصدقاء الى حفلة تقيمينها فلا بأس من الاتصال بهم بواسطة التليفون . ولا مانع من استعمال التليفون ان كنت تريدين اعلان خبر سار لاحدى الصديقات . ويستخدم التليفون أيضا فى السؤال عن صحة مريض من الاصدقاء الى أن تتاح للسائل فرصة الذهاب لعيادته

أما الخطاب فانه يستعمل عادة لتسوية بعض المشاكل العائلية التى يصعب تسويتها شفويا أو بواسطة التليفون . كذلك يستعمل الخطاب فى رفض دعوة أو اقتراح ذلك أن التليفون اداة احراج فى هاتين الحالتين . وقد لا تستطيعين الا التسليم وتلبية الدعوة التى كنت قررت الاعتذار عنها .

وسواء استخدمت التليفون أم الخطاب فيجب عليك فى الحالتين أن تلجئى الى عبارات مهذبة ليس فيها ما يؤخذ عليك .

معلمة طفلك

لقد أرسلت لك معلمة طفلك خطابا خاصا تقول لك فيه أنها تود مقابلتك للتحدث معك فى شئون طفلك المدرسية ... ان أول قواعد الذوق تقضى منك ان ترسلى لها خطاب شكر على اهتمامها بابنك وان تطلبى اليها أن تتفضل بتحديد موعد لمقابلتك لتتناقشا سويا فى خير طريقة تلجآن اليها فى تربية الولد.

واعلمى أن اهمالك فى الرد على هذا الخطاب يعد خروجا عن قواعد الاتيكيت فضلا عن تعريض ابنك لاهمال معلمته له . اذ أن المعلم لا يهتم بالتلاميذ الذين لايهتم والدهم بهم . ولا بأس من أن تدعى معلمات أطفالك الى تناول الشاى عندك بين الحين والاخر . فقد تستفيدين من هذه الدعوات كثيرا . ذلك ان مستقبل الطفل موقوف على مدى تعاون البيت والمدرسة فى تربيته.



بطاقات العيد

تقضى قواعد الاتيكيت بالا يرسل الشخص الذى يرتدى الحداد بطاقات تهنئه بالعيد . غير أنه يجوز له ان اراد أن يبعث بتهنئة بسيطة هادئة لخاصته على ورقة خطاب عادية . أما أصدقاؤه فمن الواجب عليهم أن يرسلوا له تهنئتهم بالعيد على أن تكون هذه التهنئة مناسبة . فلا يذكر فيها مثلا الفرح والبهجة والسهرات الطيبة والى غير ذلك مما يذكر فى مثل هذه الاحوال . وحبذا لو استطعت زيارة صديقتك فى يوم العيد فقد تكون فى هذا اليوم محتاجة اشد الحاجة الى من ينسيها حزنها .







١ ـ تمثل امريكا فى ايطاليا سيدة نجحت فى الناحية الدبلوماسية نجاحا منقطع النظير . ما اسمها ؟

١ ـ مدام كلير لوس
ب ـ مسز روزفلت
ج ـ مسز هاريمان



٢ ـ زارت القاهرة اخيرا مؤلفة روائية انجليزية كبيرة تخصصت فى تاليف الروايات البوليسية . ما اسمها ؟

١ ـ اميلى برونتى
ب ـ اجاثا كريستى
ج ـ لورنا دون



٣ ـ عرفت بلاد النوبة باسماء غير اسمها الحالى فى التاريخ القديم، اى اسم من هذه الاسماء كان يطلق عليها ؟

١ ـ بلاد كوش
ب ـ نباتا
ج ـ اليوبيا

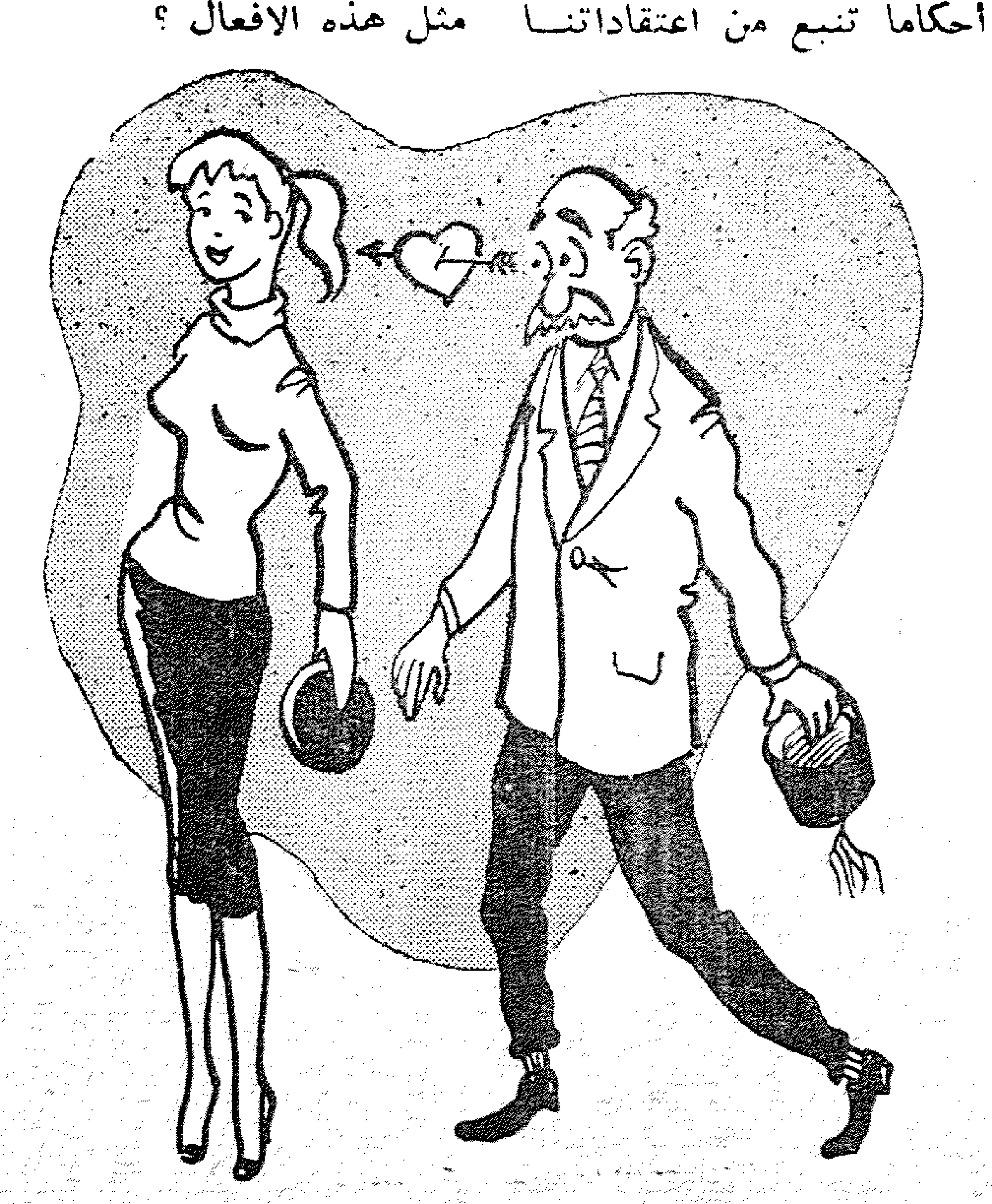
افهمى زوجك

من السهل جدا على كل انسان أن يلقى بكلمات النقد يمينا ويسارا، ولا شك ان كلا منا قد صادف فى حياته اناسا يتصرفون تصرفات لا يمكن فهمها أو نعتقد أنها غير مناسبة .

وعلى هذا نصدر عليهم أحكاما تنبع من اعتقاداتنا الشخصية التى نمت وترعرعت فى ظل أحكام العرف والعادات المرعية ..

وغالبا ما ينتهى الامر عند هذا الحد ، فى حين ان الواجب يحتم علينا ان نسأل أنفسنا :

لماذا يفعل هؤلاء الاشخاص مثل هذه الافعال ؟



وما هى الدوافع التى تدفعهم اليها ؟

مع العلم بأن أى انسان مهما كانت ظروفه يجب ألا يكون محلا للنقد او السمعة السيئة اطلاقا ..

ولنضع تحت أنظارنا كمثل هذا الرجل المسن : لماذا هو دائما عرضة للقيل والقال ؟ لا ريب فى أن نموه العاطفى لم يصل الى الدرجة التى تتناسب مع هذه السنين الكثيرة التى عاشها ...

والواقع أن هذا هو التعليل الصحيح لكثرة نزوات أمثال هذا الرجل الذين يرتكبون ما يرتكبون ثم يتباهون ويتنافرون كأنهم لم يأتوا شيئا ...

ان أغرب حقيقة يجب أن تعرفيها يا سيدتى هى ان الرجل المسن كثيرا ما ينكر سنه ويسير فى تيار التصابى فى عناد وغرور قد لا تجدينهما فى الشباب .

ان مثل هذا الرجل يجب عدم لومه أو توبيخه .. ان عقدته هى عقدة الزمن ... أى والله الزمن نفسه ...

والان لنبحث حالة الرجال متوسطى العمر ممن يسيرون فى نفس التيار السابق .. وليكن الاستاذ « س » هو مثلنا ...

ولنبدأ قصته من البداية :

ان أستاذنا هذا زوج سعيد وأب مثالى لعدة أطفال ورجل اجتماعى من الطراز الاول ، ولم يحدث خلال عشرين سنة منذ زواجه ان شابت حياته شائبة ، ولكن على حين غرة ابتدأ الناس يتساءلون ويتغامزون فقد شاهدوه أكثر من مرة مع امرأة غريبة أو قل مع فتاة صغيرة ـ تصلح لان تكون ابنة من بناته .

ان مشكلة أستاذنا هذا ترجع الى شعوره بالوحدة ، وأغلب الظن ان هذا الشعور قد أتاه بينما كان يزيل شعر لحيته ذات يوم من الايام .

فلا ريب فى أنه لاحظ ان الشعر الابيض ابتدأ يغزوه وان التجاعيد أخذت تظهر فى وجهه . وهكذا أخذت الهواجس تخطر فى فكرة واستحكمت حلقات القلق فى صدره ونظر حوله فلم يجد الزوجة التى يستطيع أن ينهى اليها بمكنون فكره .

ثم أخذ يتذكر أيام شبابه أيام الحب والمرح والانطلاق .. فحن اليها .. ثم اندفع يحاول أن يجد ما اعتقد انه ضاع منه ، ويستحوذ على ما يظنه ناقصا فى حياته ..



٤ ـ رئيس جمهورية الصين الشعبية ؟ اى اسم من هذه الاسماء هو اسمه

ا ـ ليو تشا وتشى
ب ـ شو اين لاى
ج ـ ماوتسى تونج



٥ ـ يضم البرلمان الصينى عددا كبيرا من السيدات ، هل يمكن ان تقدر الرقم الصحيح لهن ؟

ا ـ ١٤٧
ب ـ ١٢٠
ج ـ ١٠٠

الاجابة ص ٨٥

ان الاستاذ «س» لم يكن فى حاجة الا الى زوجة عطوف تحيطه بالحنان والرعاية .

وكل الرجال يتشابهون فى هذه السن بالذات أى فى أواسط العمر ...

والزوجة اللبقة هى التى تستطيع أن تدرك خطورة هذه المرحلة فى حياة الرجال لان هذه الخطورة تعود عليها مثلما تعود على زوجها ..

كونى لبقة ياسيدتى على الدوام وأشعرى زوجك بحاجتك اليه كما انه هو فى حاجة اليك .. وتنبهى لاحواله تحتفظى بعش هانىء لك وله ولابنائك ....

لقد عرفت عديدا من الرجال الذين تعدوا طور الشباب ، ثم عاودتهم حمى الشباب فجأة ، واخذوا يجاهدون فى سبيل الظهور بالمظهر الذى عاشوا فيه سنين طويلة من عمرهم فاتت واكلها الزمان ..

وصعقت حينما عرفت ان اغلب هؤلاء الذين اصيبوا «بحمى الشباب» كانوا فيما مضى من ايامهم من الشباب المثالى الذى لم ينحرف يوما ما ، والذى فكر اول مافكر فى المرأة على انها رفيقة العمر وشريكة الحياة ..

وفى النفس اخذت ابحث واستقصى وراء صنف اخر من الرجال وجدتهم ازواجا مثاليين رغم انهم وصلوا الى نفس الطور الذى وصله زملاؤهم الذين تكلمت عنهم فى الاسطر السابقة اى طور ما بعد الشباب ..

وفوجئت بان هؤلاء المثاليين كانوا فى شبابهم من الصنف « الشقى » الذى ملا الدنيا بالمغامرات السابقة والليالى العابثه

وقلت فى نفسى هل هناك ارتباط بين التجارب التى يمارسها الشباب فى عنفوانهم وبين الاستقامة التى اصبحت تميز حياتهم بعد ان استقرت وترعرعت فى ظل الزوجية ؟

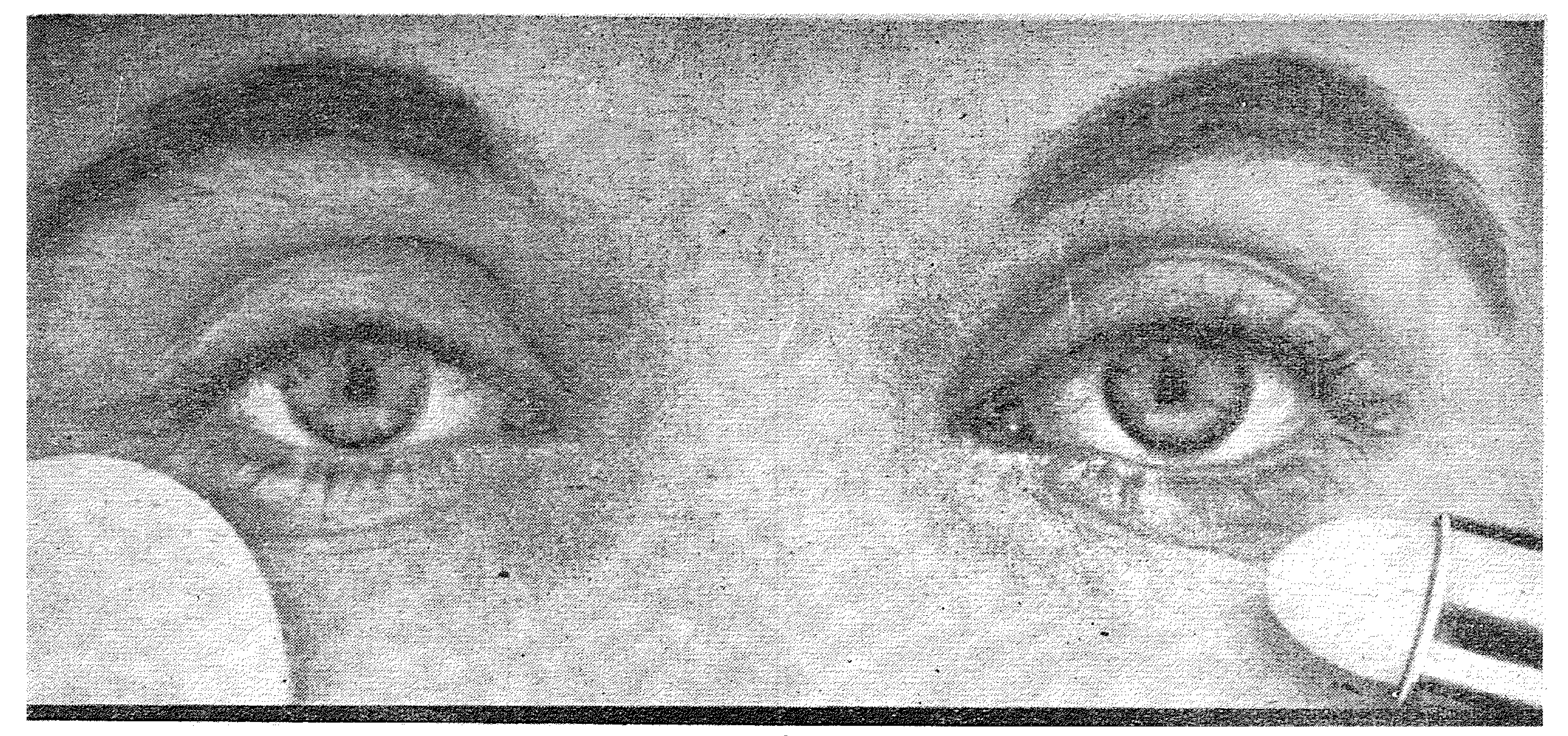
وملت فى نفسى الى ان اجيب بالايجاب على هذا السؤال ؟ وزدت على ذلك بان عرضت الامر على لفيف من الاصدقاء والصديقات من المتزوجين والمتزوجات اختلفت الاراء ..

فما رأيك انه ايتها القارئة ؟

احب ان اسمع رايك .. واحب ان تعرضى هذا السؤال او هذه المشكلة على قريباتك واقربائك من المتزوجين والمتوزجات ..

واحب ان نصل معا الى جواب لهذا السؤال الحائر

«ا ٠ ع»



درس فى ماكياج الليل

نحن لا نشك فى أن لون بشرتك رائع وأن عينيك ساحرتان وأن شفتيك كحبتى الكرز وأن أنفك لا عيب فيه ٠٠ ولكن ان أردت أن تكونى محط انظار الجميع فى السهرة التى دعيت اليها ، فلا يكفى أن تكونى جميلة ٠ ان جمالك بدون ماكياج كالخبز الجيد بدون ملح ٠٠

اننا لا نطلب منك أن تخفى معالم وجهك بتلك الكريمات السحرية التى تقرئين عنها فى الاعلانات ٠٠ لا يا سيدتى، اننا لا نطلب منك ذلك أبدا ، بل اننا نود أن نساعدك على أن تبرزى جمالك بما لديك من خبرة شخصية ٠ انك عندما تذهبين عند الخائطة تقيسين موديلا وموديلين بل عشرة موديلات ٠ ويحدث أن تطلبى من هذه الخائطة أن تقصر لك الكمين أو تفتح لك الديكولتيه أو تضيق لك الحزام ٠٠ اننا نطلب منك اليوم أن تقيسى وجهك ٠٠ انك ستضبطين ماكياجك كما تضبطين الانوار الكشافة التى فى عربتك وكما تضبطين ثوبك وقبعتك ٠

والطريق الاوحد للوصول لنتيجة طيبة هو أن تخطى خطا مثاليا عند منتصف الانف ٠ ولكى تحتفظى بنقطة المقارنة لا تضعى ماكياج الا فى ناحية واحدة ٠

اختارى ساعة تكونين فيها بمفردك ٠ واجلسى أمام مرآتك ٠ خذى كل وقتك ، ولتكن لديك الشجاعة الكافية اسألى نفسك أولا عن لون ثوبك ٠٠ وفكرى فى أن الماكياج الذى ستقومين به هو ماكياج الليل ٠

جربى كريم القاعدة فى جهة واحدة ٠ اختاريه بيج أوورديا بحيث يكون فى استطاعتك تغميقه (بدون كريم تضعينه قبلا) أو تفتيحه (بكريم طبيعى) ٠ وهناك ثلاثة أشياء سوف تحسبين حسابها : جمال العين ، مكان أحمر الخدين ، شكل ولون الشفتين ، ويجب ألا تكون عينك محاطة بهالة زرقاء ٠ وان كانت كذلك ، ضعى فوق كريم القاعدة كمية من أحمر الشفاه لا تزيد عن رأس الدبوس وافرديها بحذر ٠ رشى بعد ذلك البودرة بكثافة ان أردت ألا يبدو عليك التعب ٠

ارسمى أخيرا بالقلم الرمادى (انه من الضرورى أن تبرى هذا القلم قبل كل استعمال) خطا ابتداء من الركن الداخلى للعين ٠ ويجب أن يسير هذا الخط فى محاذاة الرموش ٠ أطيلى رموشك بالريميل الرمادى أو البنى ، وحسب لون عينيك ضعى قليلا من اللون على الجفن ٠ وان كانت عيناك رماديتين اختارى اللون الرمادى ٠ واختارى الازرق ان كانتا زرقاوين ، والاخضر ان كانتا سمراوان أو سوداوان ٠

ويمكن وضع أحمر الخدين عاليا جدا بالقرب من السالفين ومستديرا ان كان وجهك مستطيلا ٠ أما ان كان وجهك مستديرا فضعى الاحمر باستطالة ٠ وعلى أى حال ، فانه يجب أن يوضع برقة ٠ وبعد فرده امسحيه بورق التواليت لان الاحمر البارز لم يعد دارجا ٠

انتقلى الان الى شفتيك ٠٠٠ ان لهما قانونا وهو أن تحترمى شكلهما الطبيعى بقدر الامكان ٠٠ ومع ذلك فان الفم الرفيع أو ذا الخطوط المستقيمة لا يمكن أن يكون جميلا ٠ لذلك كان على صاحبته أن تتعلم طريقة اصلاح شكله بالريشة ٠٠٠ ان للون أهميته ٠ فان كان ثوبك أزرق أو ميالا للزرقة ، فلا تختارى الاحمر البرتقالى بل الاحمر الوردى ٠ هل ثوبك أحمر ؟ ان أحمر شفتيك يجب أن يكون من نفس لون الثوب ٠ هل ثوبك أخضر أو من لون اليوسفى ؟ اختارى أحمر برتقاليا أو ناريا ولامعا ٠

والان قارنى بين نصفى وجهك ٠ لقد تمت التجربة ٠٠٠ هل أنت نفس المرأة ؟ كلا ٠٠ فالى اليسار ترين امرأة متعبة وحزينة ٠ والى اليمين ، امرأة قد زال عنها التعب وأصبحت ذات حيوية ونشاط ٠

ان رغبتك فى أن تكونى موضع اعجاب الجميع تساوى هذه الساعة التى أضعتها فى عمل الماكياج ٠٠ هذا الماكياج الذى سوف تعودين اليه دون اضاعة وقت ، كلما دعيت الى سهرة وأردت أن تخرجى على الناس بكل جمالك ٠



كم ساعة تنامين فى اليوم ؟ انك ، على ما يبدو لى ، كثيرة السهر .. انك تفرطين فى حق جمالك لانك تمنعين عن نفسك أهم عنصر من عناصر الجمال ألا وهو النوم .

ان النوم يعيد اليك شبابك ويقوى صحتك .

نامى كثيرا اذن .. ولكن نامى أيضا نوما صحيا . ان هذه القواعد التى نقدمها لك سوف تساعدك على اتخاذ النوم وسيلة طبيةمن وسائل التجميل والاحتفاظ بالشباب والحيوية .

◆ اقتنى ملة سرير لينة طرية . لا توفرى فى شراء سريرك . لا تشتريه لانه رخيص . ان راحتك أثمن من القروش التى سوف توفرينها .

◆ لتكن الملة بسوسته فانها تريح النائم ليلا . وفى الاستطاعة تحويلها فى النهار الى كنبة أو ديوان مريح .

◆ حافظى على سلامة ملتك وان لاحظت أنها ارتخت ، عاودى شدها من جديد .

◆ ان كان فراشك من المطاط فلا بد أن تكون الملة مجهزة بسوستة .

◆ ان كان فراشك من الصوف فيجب عليك قلبه ثلاث مرات فى الاسبوععلى الاقل . ولا بد من اعادة تنجيده مرة كل عام .

◆ للسرير الكبير ذىالملة المصنوعة من الصوف يجب أن توضع تحتها قطعة مصنوعة من اللباد أو شعر الخيل التى تحتفظ بشكلها أطول مدة ممكنة .

◆ عند شراء الفراش ، تأكدى من نوع الصوف . واعلمى أنه يجب أن يكون جديدا أو مغسولا ان لم يكن جديدا .

◆ اياك وشراء سرير ضيق . ان عرض السرير المفرد يجب ألا يقل عن ٨٠ سم ، بينما يجب ألا يقل عرض السرير المزدوج عن ١٣٠ سم ولو اننا نفضل ٩٠ سم للسرير المفرد و١٤٠ سم للسرير المزدوج .

◆ وان أردت أن تنامى نوما صحيا ، ضعى على الملة غطاء من الصوف قبل أن تضعى الفراش .

◆ ان كان فراشك ذا سوستة ، يجب وضع هذا الغطاء بين غطاء السرير والفراش .

◆ قبل أن تختارى لسريرك وضعه النهائى ، قومى بعمل عدة تجارب .. لان لمكان السرير ووضعه أهمية كبرى من شأنها التأثير فى النائم ودرجة نومه .

◆ اصلحى سريرك يوميا ان كنت تنشدين نوما هادئا وصحيا .

◆ تغطى بأغطية خفيفة ولكنها دافئة . فغطاء واحد مصنوع من الصوف الطيب خير من ثلاثة أغطية من صنف أقل . اعتنى على الاخص بتدفئة قدميك .. ولكن لا تضعى الغطاء على وجهك لكى تتنفسى تنفسا طبيعيا .

شعرك ليس نباتا



ان شعرك ليس نباتا ، فلا فائدة من قصه كثيرا لتقويته ان كانت تنقصه القوة أو السمك . وليس هناك أى سائل مغذ يتخلل شعرك . وان أى علاج يهدف الى جعل الشعر يتحرك أو يدفق ماء الحياة فيه مآله الفشل الذريع .

لا يمكن اذن التأثير فى الشعر ، ذلك العنصر الميت الذى لا يحتوى على خلايا الا فى منابته وهى عبارة عن أكياس صغيرة يدخل فيها طرف الشعرة . ولتقوية الشعر ، الافضل تقوية فروة الرأس حيث توجد الجذور ، وذلك عن طريق التدليك ووضع اللوسيونات المختلفة . أما القص فلافائدة منه الا فى الشعر المريض ، وذلك لانه يعدم الجزء التالف منه ..





الشعر المتشعب

ينقسم الشعر أحيانا عند منتصف طوله أو قمته الى فرعين أو ثلاثة أفرع . فيعرف اذن بالشعر المتشعب . وينجم هذا المرض فى غالب الاحيان عندما يعنى بالشعربعنف . ونقصد بالعنف : غسل الشعر كثيرا بصابون قلوى يزيل القشرة الحامية أو تجفيف الشعر السريع بالهواء الساخن الجاف أو تفريش الشعر بفرشاة قاسية أكثر مما يجب أو استعمال أمشاط ذات أسنان قريبة جدا من بعضها البعض أو عمل برمانانت ساخن جدا .

وقد تصاب أطراف الشعر بانتفاخ يجعل لونها رماديا . وسواء أصيب شعربالتشعب أو الانتفاخ فسارعى بعلاجه . ادهنيه بزيت اللوز الطيب . وان لم تصلى الى نتيجة فى بحر شهر ، يجب عليك المبادرة الى عرض نفسك على اخصائى فى الامراض الجلدية .

سقوط الشعر

لا تتهمى صحتك عندما يسقط شعرك . فقد أثبت الطب الحديث ان الحالة الصحية العامة لجسم الانسان لا دخل لها البتة فى سقوط الشعر الا فيما ندر . وهذه الحالة لا تتعدى ١٠ ٪ . كذلك لا يسبب مرض جلد الرأس سقوط الشعر الا فى حالة واحدة لكل عشر حالات .. ولكن فى معظم الحالات يتسبب السقوط عن سوء الحالة الموضعية . وتظهر هذه الحالة ــ حالة سقوط الشعر ــ عند سن المراهقة . ويجب العمل على مكافحة هذا المرض عند ظهوره مباشرة ان أراد الانسان الاحتفاظ بالشعر فى حالته الطبيعية . وها نحن نقدم فيما يلى أفضل طريقة لمنع سقوط الشعر .

صبنى شعرك يوميا ان أمكن بصابون خاص يشترى من الصيدليات لمنع سقوط الشعر . ودلكي كل مساء جلدة الرأس . ضعى عشرة أيام فى الشهر لوسيون ريزورسينيه ساليسيلى ٢ ٪ ، وخلال العشرة أيام التالية سولسيون بالاتير . وخلال العشرة أيام الاخيرة من الشهر ضعى سولسيون فيه عمود كبريت . ويجب مباشرة هذا العلاج بعزيمة لا تعرف الملل . أما فى الصيف ففى امكانك الاكتفاء بالصابون الخاص .

والافضل ، ان كان السقوط سريعا ، أن تستشيرى طبيبا بدلا من ان تلجئى الى علاج قد لا يفيدك .

وعندما يسقط الشعر بعد مرض معد : كالانفلونزا التى تدوم اكثر من ١٥ يوما والتيفود واحتقان الرئتين بحمى تزيد عن ٣٩٫٥ درجة، فان الشعر يعود الى النمو من تلقاء ذاته بعد بضعة أسابيع .. ويخطىء من يعتقد أن قص الشعر فى هذه الحالة يعمل على اعادة نموه بسرعة أو بقوة . والافضل مساعدة نمو الشعر بدهنه بالريزورسين مثلا .



قشرة الرأس

تظهر القشرة عندماتكون جلدة الرأس جافة اكثر مما يجب . ويعترى جلدة الرأس القشرة فى كل مكان ، وتتساقط القشرة على ياقات الملابس من تلقاء نفسها أو على أثر حكمها . وكلما حككت كلما سقطت هذه القشرة .

ولا تزول القشرة بعلاجها علاجا سطحيا . وهى ان زالت فانها تزول مؤقتا . فان كنت تشكين من القشرة، وجب عليك ان تتبعى بصفة دائمة نظاما صحيا دقيقا . صبنى شعرك كل ثلاثة أيام فى الفترة الحرجة ثم ليكن التصبين مرة فى الاسبوع بعد ذلك . يجب ان يكون الصابون الذى تستعملينه من النوع الذى يدخل فى تركيبه القطران . دلكى جلدة رأسك تدليكا منتظما، تارة بزيت اللوز الطيب وتارة أخرى بمزيج من الكحول المتيليك (٧٥ جرام) والصابون الاسود (٢٥ جرام) . وان كان القشر



كثيفا فلا بدلك من أن تدلكى جلدة رأسك كل مساء بمرهم أوكسيد الزئبق الاصفر والقطران .

وان سرت على هذا العلاج بدقة عادت الى شعرك صحته .. وفى هذه الحالة لن يعود يتطلب منك الا شيئا قليلا جدا من العناية .



صفاء البشرة عنوان الصحة

ان الماكياج فن ... وفن صعب . ولكى يكون ماكياج الوجه جميلا وكاملا ، يجب أن يوضع على بشرة صحيحة ليس فيها ما يعكرها .

وعليك يا سيدتى قبل أن تبدئى ماكياج الصباح ، أن تنظرى فى مرآتك نظرة فاحصة مدققة لتدرسى وجهك دراسة كاملة بعيدة عن كل خطأ .

افحصى أولا لون بشرتك .. هل هى صفراء أو مائلة الى الاصفرار ؟ اخرجى لسانك .. هل هو نظيف ؟ هل تشعرين بصداع وبغثيان ؟ ان كبدك مريض، ويجب عليك أن تبتعدى عن أكل الدهنيات .. عالجى الصفرة قبل أن يستفحل أمرها فتقضى على صحتك وعلى نضارة بشرة وجهك .

أما ان كان لون بشرتك يميل الى لون الرماد وما تحت عينيك منتفخا وجلد وجهك مشدودا ، فأنت تشتغلين أكثر من طاقتك ولا تقومين بعمل أى تمرين رياضى ... انك فى حاجة الى أداء بعض الحركات الرياضية أمام نافذتك المفتوحة ، صباح كل كل يوم ؟ وانك فى حاجة أيضا الى ممارسة رياضة المشى فى الهواء الطلق ، ان عزمت فعلا على تقوية صحتك .

وان كان لون بشرتك مائلا الى الحمرة أو أنه بنفسجى ، فأنت فى حاجة الى مزيد من الفاكهة ومن الفيتامينات .

ولنعد الان الى بشرتك نفسها .

هل فيها نقط سوداء وحبوب صغيرة ذات رءوس بيضاء ؟ انها علامات حب الشباب : استعملى سائلا فيه كبريت العمود واكثرى من تناول الفيتامينات وامتنعى عن المواد الدهنية والخبز .

هل تظهر على بشرتك لطع حمراء تغريك على هرشها؟

انها الارتيكريا التى تصابين بها من جراء تناولك نوعا معينا من الطعام يجب الكشف عنه وتحديده للامتناع عن تناوله .

وأخيرا فاننا لم نقدم هنا الا بعض الامثلة الغرض منها لفت نظرك الى ما يجب أن تقومى به من دراسة دقيقة لصحتك العامة ولحالة بشرتك كى تتمكنى بعد ذلك من عمل ماكياجك صحيحا .

ان الطبيب يقوم باعداد عمل اخصائى التجميل .

السير على الأقدام رياضة مفضلة

انك تؤدين كل صباح أمام نافذتك المفتوحة ، تمريناتك الرياضية . ولكنك تشعرين بحاجتك الى التنفس بحرية ملء رئتيك الهواء الطلق فى الريف أو فى الحدائق العامة التى لا تبعد كثيرا عن منزلك ..

ونحن نعرض عليك سلسلة من التمرينات السهلة لتؤديها مع أطفالك قبل أن ترسليهم الى المدرسة . وبفضل الاوكسيجين الذى سوف يدخل فى الجسم ، فان الصعاب التى صادفوها فى المدرسة البارحة سرعان ما تزول ويعود الى أولادك نشاطهم كاملا .

ولكن عليك ان تحترسى من البرد الذى قد يحطم فوائد هذا العلاج الهوائى . وان كان الجو ما زال باردا فى الصباح البسى أولادك بنطلونا وبول أوفر وحذاء خفيفا ومريحا ..



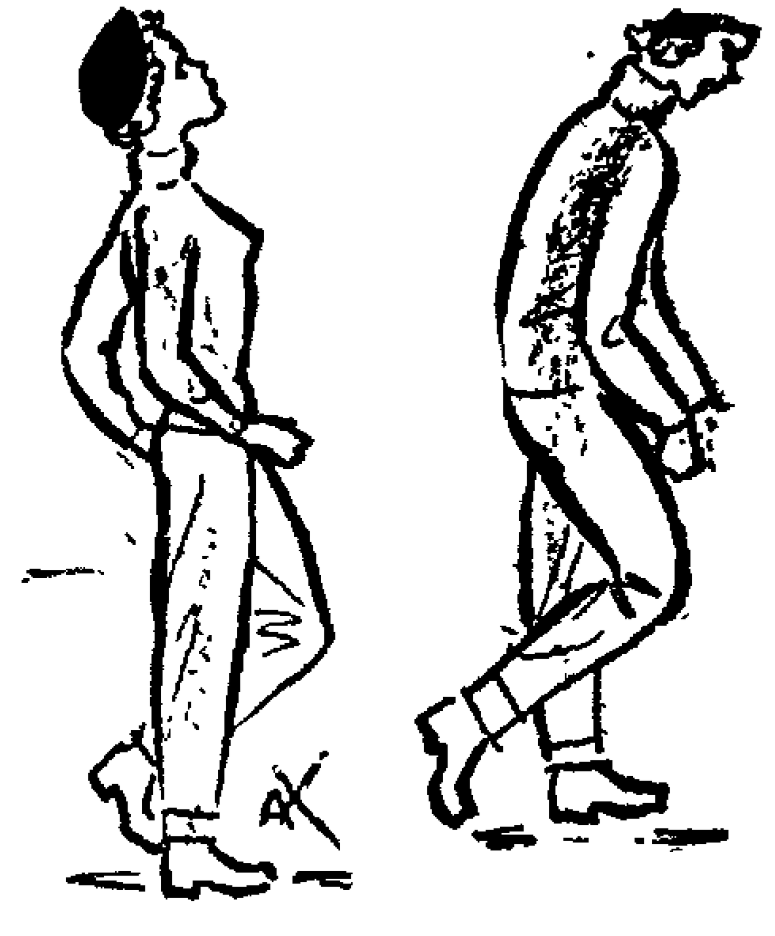
أولا :

سيرى مسافة ثلاثمائة متر بخطوات رتيبة وبسرعة . وليكن رأسك معتدلا وحركات ذراعيك لينة .



ثانيا :

سيرى الان بخطوات السباق مع الحرص على تنظيم حركة تنفسك مع وقع قدميك حتى لا تصابى بالنفرة .



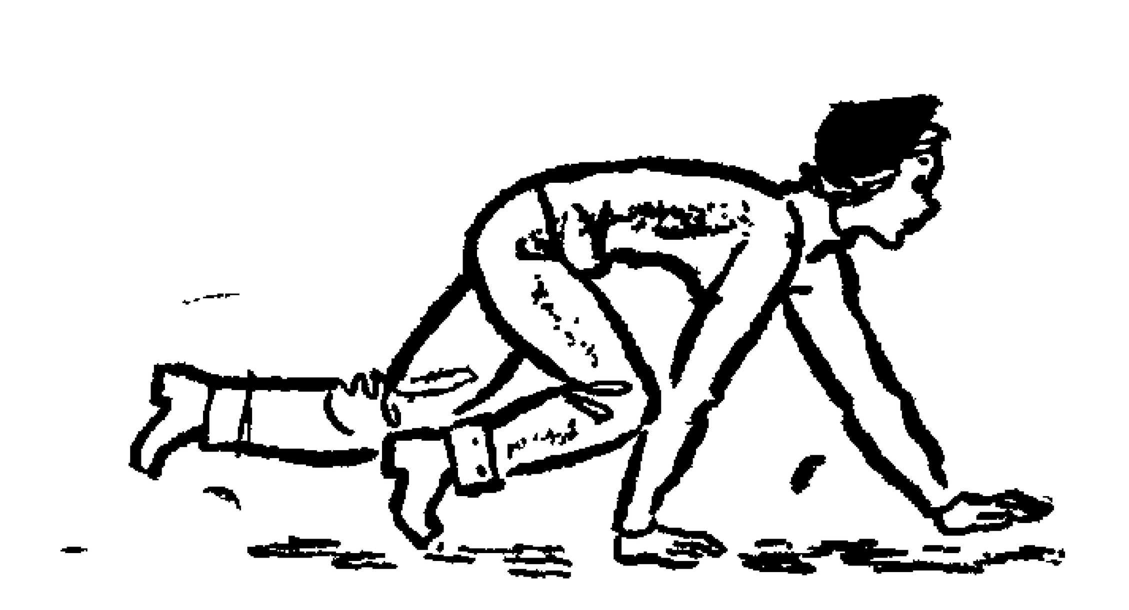
ثالثا :

واذا ما تعبت قومى بعمل حركة شهيق مع فرد الصدر «ا» . واعملى بعد ذلك حركة زفير عميقة دائما عن طريق الانف «ب» . اهتمى على الخصوص بالزفير لتعيدى بسرعة توازنك التنفسى .



رابعا :

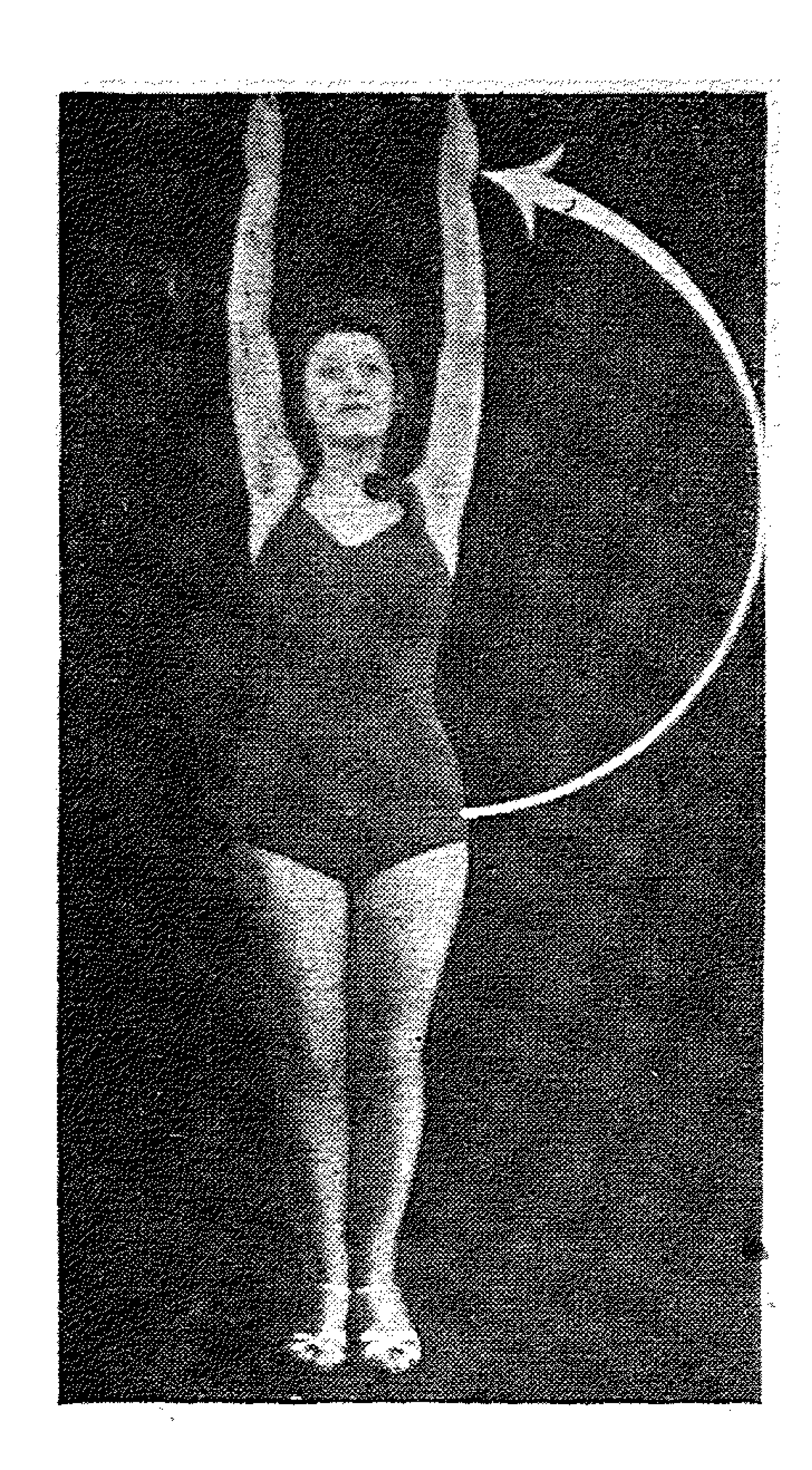
استعملى جميع العوارض التى تقابلك فى طريقك «جذع شجرة ، كومة رمل ، حفرة» لتعبريها بالقفز من عليها بعد استعدادك لها قبل ذلك ببضعة أمتار .



خامسا :

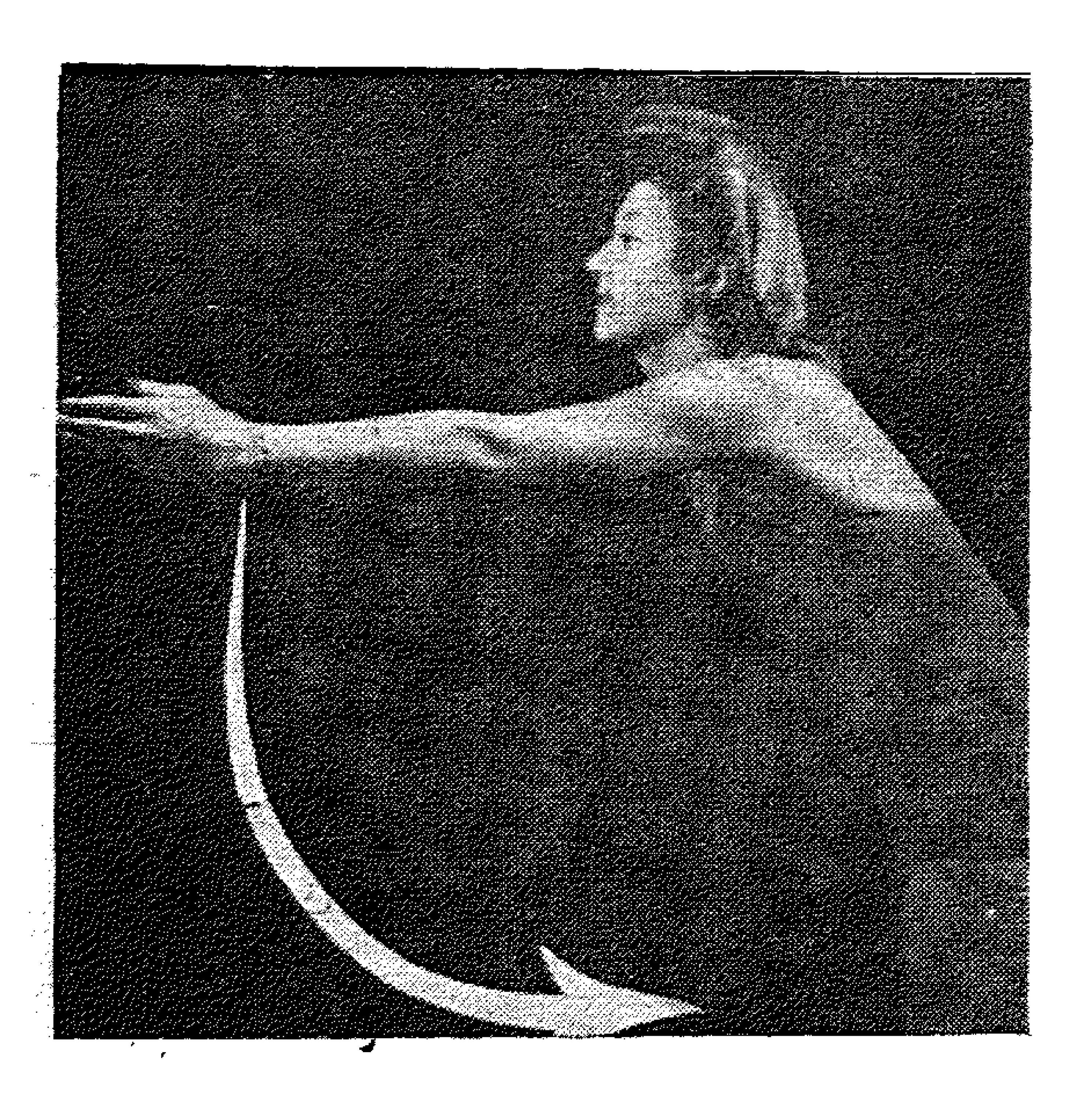
ولتكن نهاية هذه النزهة الترفيهية المشى على يديك وساقيك كما يفعل الحصان تماما أو كما تفعل الناقة .

والان عودى الى منزلك واخلعى ملابسك وأدى حركتي التنفس اللتين نشرحهما لك هنا :



سادسا :

قفى معدلة وذراعاك على امتداد جسمك . قومى بحركة شهيق مع رفع الذراعين على الجانبين الى أعلى . قومى بعملية زفير مع خفضهما على الجانبين .



سابعا :

قدمى جذعك قليلا الى الامام . وامددى ذراعيك أمام جسمك . قومى بحركة شهيق مع فرد الذراعين الى الخلف دون تغيير وضع الجذع . قومى بحركة زفير مع جذب الذراعين الى الامام .

باترون بنت النيل

فستان أنيق للصيف



نحن على أبواب الصيف . وهاهى ذى الاقمشة المطبوعة والمشجرة قد عادت الى الظهور لتزيد هذا الفصل بهجة . ويلاحظ أن الخصر ضيق ضيقا ظاهرا . اما الكورساج فهو طويل يصل الى ما تحت الخصر . واذا التفتنا الى الجونيلة وجدناها مبطنة من الامام وواسعة تبدأ من امبيسات الارداف . ويلاحظ ان الياقة واسعة ومقصوصة على شكل (سبعة)

والنموذج الاول ثوب من ساتان القطن المشجر . ويمكن أن يفصل من قماش الريون المطبوع .

أما النموذج الثانى فهو من البوبلين المطبوع .

ويحتاج الثوب الى أربعة أمتار من قماش عرضه ٩٠ سم .

الباترون :

يتألف باترون هذا الثوب من سبع قطع :

١ ـ القطعة الاولى : الكوسارج من الامام . يوضع اتجاه نسيج القماش فى منتصف الامام . كما هومبين على الباترون .

٢ ـ القطعة الثانية : الكورساج من الامام . يوضع اتجاه نسيج القماش فى منتصف الامام . كما هو مبين على الباترون .

٣ ـ بارمانتور الكورساج من الامام . يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين

٤ ـ بارمانتور فتحة الرقبة من الامام . يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين .

٥ ـ الكورساج من الظهر . يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين بخياطة فى منتصف الظهر .

٦ ـ بارمانتور الظهر يوضع اتجاه نسيج القماش فى منتصف الظهر . كماهو مبين على الباترون .

٧ ـ الجونيلة من الامام ومن الظهر . يوضع اتجاه نسيج القماش بخياطة فى منتصف الامام كما هومبين بالرسم .

التفصيل :

ضعى قطع الباترون على القماش بالنظام المرسوم أمامك . قصى القطع الاولى والثانية والخامسة على القماش المطوى طية واحدة فى اتجاه العرض . افتحى حينئذ باقى القماش واطويه فى الاتجاه الاخر . قصى القطع ٣ و ٤ و ٦ و ٧ . وأخيرا قصى ركنى أسفل الجونيلة (ان القماش ليس عريضا بالقدر الذى يسمح بالحصول على ذلك مرة واحدة) كما هو مبين بالرسم . وعند القص اعملى حساب الخياطة واتركى لها ٣ سم كذلك الاورليه والدخلات التى لم نعمل حسابها فى مقاييس الباترون

اعداد الشغل :

عندما تكون جميع قطع الباترون لا تزال مدبسة على القماش مررى حولها أخذة السمكين غرزة طويلة معمولة بخيط من لون مخالف . لا

كوبون باترون بنت النيل

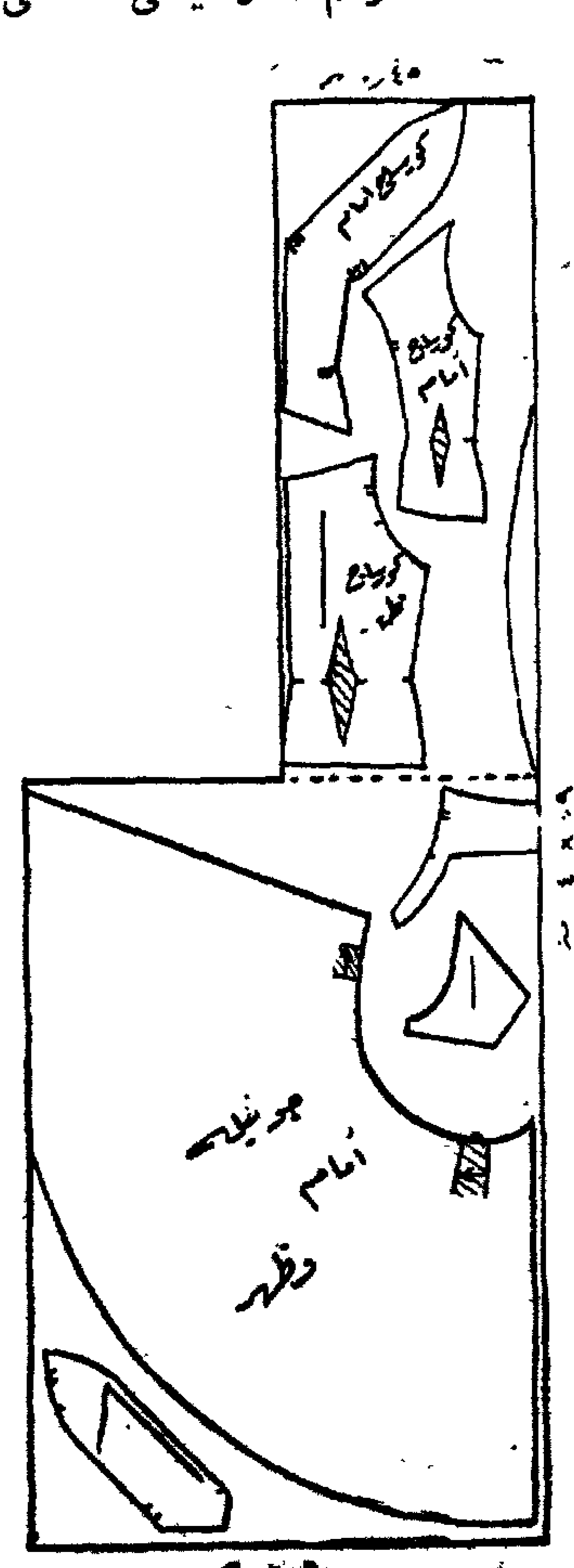
قدمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر .. تحصلى على هذا البترون .

ملحوظة : اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل .. ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح . واكتبى على الظرف قسم البترونات وكل طلب يرد بعد الميعاد يهمل .

تشدى الخيط لتتركى بوكلة عند كل غرزة • علمى بالطريقة نفسها منتصف الامام ومنتصف الظهر والبانسات والثنيات ذات البانسات وعلامات الالتقاء وعند الانتهاء من هذه العملية، ابعدى السمكين وقصى بوكلات الخيط من منتصفها، فتعلم القطع كلها بطريقة هندسية مناسبة •

التركيب :

ابدئى بوضع بارمانتور فتحة الرقبة الامامية ٤ الوجه على وجه القطعة المقابلة للقطعة رقم ١ مع العمل على وضع نقط الالتقاء أمام بعضها البعض • أقلبى على الوجه • اعملى بانسات الخصر للقطعة رقم ٢ ثم ركبى هذه القطعة رقم ٢ مع القطعة رقم ٥ بخياطة جانبية ، مع السير على هدى العلامات • اجمعى البارمانتور القطعة رقم ٤ وخيطى على الحافة العليا للقطعة رقم ٢ رقم ٣ بالبارمانتور رقم ٦ بغرزة صغيرة جانبية • ثم ضعى هاتين البارمانتورين بعد جمعها بهذه الطريقة ، الوجه على وجه القطعتين رقم ٥ ورقم ٢ على هدى العلامات وخيطى حولها فيما عدا الجزء الاسفل • أقلبى على الظهر • ثم اجمعى القطعتين رقم ١ ورقم ٢ بغرزة الصدر وأخيرا ركبى بغرزة منتصف الامام • ويظل الظهر مفتوحا لتركيب السوستة •



كونى الثنياب المبينة فى القطعة رقم ١ وسرجيها فى اتجاه السهام • ثبتى البارمانتور رقم ٤ للقطعة رقم ١ مع اتباع الخط المبين على المبطنة ، بغرزة متينة ثم ثبتى بعد ذلك طرف القطعة رقم ١ بفتحة الكم عند الظهر بغرزة متينة مبتدئة بأعلى الظهر حتى النقطة الثانية من نقط الالتقاء وفى منتصف الظهر أعملى دخلة لكل حافة وخيطى على بعد ١ ونصف سنتى من الثنية •

الجونيلة :

خيطى الاركان فى أسفل الجونيلة افتحى الخياطات بالمكواة • ثم اعملى خياطات منتصف الامام ومنتصف الظهر • كونى الثنياب فى الاتجاه المبين بالاسهم وسرجيها • ركبى الجونيلة بالكورساج بخياطة داخلية مع الحرص على جعل منتصف الظهر والامام للجونيلة والكورساج يتلاقيان •

وأخيرا خيطى السوستة باليد فى منتصف الظهر ثم دورى أسفل الفستان • وانهى هذه العملية بدخلة عريضة سورفليه أول الامر ثم مخاطة بغرزة مناسبة مأخوذة بين سمكى القماش • اعملى سورفليه للخياطات واكوى الثوب كله •





ثوب للسهرة
من قماش قطني
خاص مشجر .
الظهر مكشوف .
الجونيلة طويلة
وعريضة بذيل



ايرانديا

AIR-INDIA International

٥٥ شارع الجمهورية تليفون ٤٨٥٠٣٠/٧٦١٦٦ - القاهرة



بلوزات أنيقة من الحرير المطبوع والمطرز



ارتبان



موضة البلوزات لا تبطل أبدا .. هذا ما يؤكده العارفون بالازياء واتجاهاتها . ويلاحظ أن بلوزة ارزبان قريبة الشبه بالتونيك . وقد صنعت من الساتان الابيض المطرز بالازرق. فتحة الرقبة واطئة ومشقوقة من الامام. اما باوزة بيريت هوتفيل فقد صنعت من الحرير المطبوع ويمكن ارتداؤها فوق الجونيلة أو تحتها . واختار هوبير دى جيفنشى قماشا ورديا وأبيض لهذا الموديل ذى فتحة الرقبة الواسعة والازرار الجانبية . ويحكم صنعها من أى قماش قطنى مهما رخص ثمنه .

ببريت هوتفيل

هوبير دى جيفنشى

بيير بالمان

الف ليلة وليلة



دينيز وماد



ان الابيض والالوان الباهتة تضفى على البلوزات نوعا من الطراوة التى نحتاج اليها عادة فى الصيف · وها نحن أولاء نعرض فى هاتين الصفحتين أربع بلوزات أخرى جميلة ··· وان بيير بالمان يختار لبلوزته ذات الكرافات قماش الساتان الابيض · وتقدم محلات ألف ليلة وليلة الباريسية موديلا من الموسلين المصنوع من القطن والمحلى بالدانتيل · وتختار دينيز وماد قماش ساتان الاورجاندى البيج لبلوزة محلاة ببانسات وتفضل محلات ألافيل دى بوى موسلين الحرير لون الفش لتصنع منه هذه البلوزة المحلاة بالثنيات والتى تمتاز بياقة مفتوحة ·

ألافيل دوبوى



تاييرات أنيقة وبسيطة لفصل الصيف



جان ديسيس

يختار جان ديسيس لتايير الصيف قماشا من التيل أو من القطن ويفضل له اللون الفاتح . الخصر متسع بعض الشيء حتى لا يضغط على الجسم . الياقة والقلابات مفتوحة ويظهر خلالها العنق خالصا . ويلاحظ أن صفي الازرار قريبان من بعضهما البعض . ويحلي الجاكيت والجونيلة صفوف من البانسات . والاكمام غير واسعة وتصل الى ما تحت المرفق وهي مشقوقة ومحلاة بزر .



جاك فات

ويفضل جاك فات التيل الازرق الغامق أو الكحلي ليصنع منه هذا التايير الرائع . وها هو ذا يحليه بالتيل أو بالبيكيه الابيض، كما هو ظاهر عند الياقة والجيبين . ولكنه هنا يفضل الخصر الضيق والجاكيت القصيرة المقفولة بصف.واحد من الازرار . ويفصل الكمين بحيث تصلان الى تحت المرفق . أما الجونيلة فانها ليست بالواسعة وليست بالضيقة خوفامن الحر ..



لانفان كاستيلو

ان لانفان كاستيلو يصنع هذا التاييــر من قماش قطنى بيج ويحليه بقمــاش قطنى بنى . ويلاحظ أن الجاكيت واسعة وبدون خصر وأن الجيبين مرتفعــان بعض الشيء وبقلابتين . أما الجونيلة فمتوسطة الاتساع ، كذلك الكمان .

يختار بروبير قماش المربعات الزرقـاء والبيضاء ليصنع منه هذا التايير ذا الخصر الضيق · الجونيلة مســتقيمة · وينتقى برنار ساجردوا تيلا مقلما ليفصل به هذا التايير ذا الجاكيت الضيقة الطويلة المحلاة بقصات مبتكرة · الجونيلــة دروافيـــنل وبليسيه · ويبتكر باكان تايير بياقة علي هيئة شال · ويلاحظ أن الاقلام مزمومة عند الخصر · أما شارل مونتني فان تاييره من القماش القطنى الوردى وبياقة مفتـــوحة وخصر ضيق ·



برنارد ساجردوا



· بروبير



شارل مونتنى



باكان

أربعة فساتين سهلة

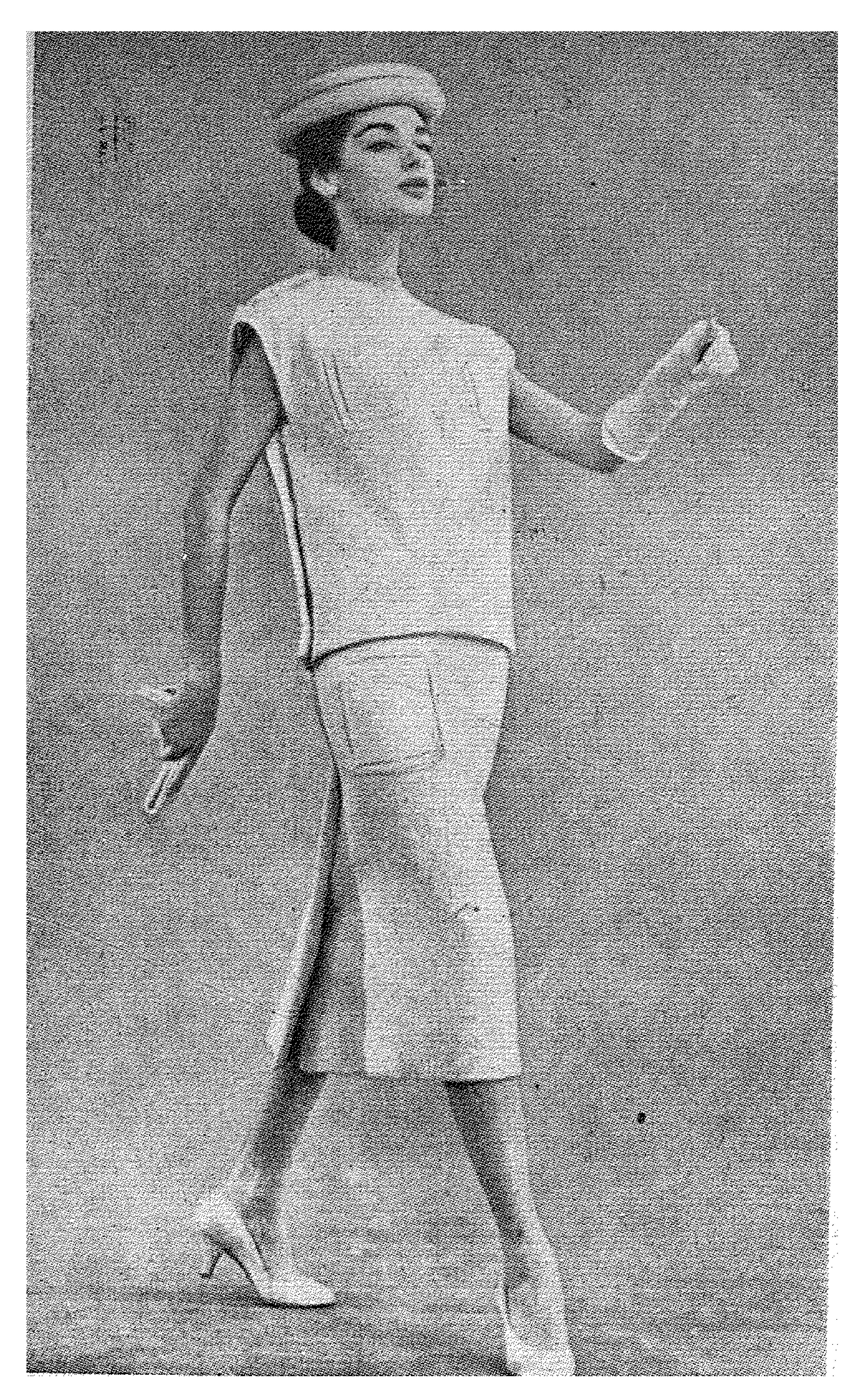


ان هذا الثوب الصيفي الجميل من ابتكار لانفان كاستيلو وقد حلاه بعقدة كبيرة عند الصدر. انه من الاورجاندى المحلى بأورليه تحاكي جلد الفهد



ثوب شيميزيه من السوراه الوردى ابتكار جان باتو . الجونيلة ذات ثنيات مجوفة . الاكمام قصيرة . الكورساج محلى ببانسات مورروبة .

تطرد الحر وتزيدك أناقة



ثوب من قطعتـــين غاية فى البساطة من قماش القطن السميك بعض الشيء . الديكولتيه عند قاعدة العنق . الجونيلة ذات ثنية جانبية مجوفة .



ثوب أبيض محلى بصفوف من الورد من أسفله . الكورساج ضيق بعض الشيء اما الجونيلة فتتسع شيئا فشيئا . انه من ابتكار موريس روجيه .





جودتها سر نجاحها
KRUMBLES
٧½ قدم
مكعب
ايديال
تخفض ثمن ثلاجتها الكهربائية الى
١٢٠
جنيها
نقدا
٩ جنيهات دفعة أولى
و٥ جنيهات شهريا لمدة ٢٥ شهرا
شروط جديدة للتقسيط
مضمونة ٥ سنوات
تسلم بقفل ومفتاحين بدون مقابل
مصنوعة بترخيص من شركة بوش وجهزة بمحرك بوش
وقد أمكن تحقيق هذا بفضل بيع
٣٥٠٠
ثلاجة كهربائية فى عام واحد
ويعود هذا النجاح العظيم الى الس
الطيبة التى كسبتها ثلاجة ايدي
الكهربائية من إعجاب ورضاء كل من اقت
الثلاجة
الكهربائية
ايديال
فى مق
الجمه
القاهرة: ٢٨ ش عدلى - ٨ ش ٢٦ يوليو - ١٦ ش عماد الدين - ٢٩ ش شبرا - ١٧ ش ابراهيم اللقانى بمصر الجديدة
الاسكندرية: ٥٩ ش سعد زغلول - ٣ ش محطة مصر - ٣٢ ش شريف - ٢٠٥ ش صفية زغلول
بورسعيد . السويس . الاسماعيلية . طنطا . دمنهور . الزقازيق . بلقاس . المنصورة . المنيا . اسيوط

ثوب رائع يمتاز بالبساطة ويلاحظ أن الدكلتيـه ذو طابع خاص أما الجونلـــة فمتوسطة الاتســـــاع ويغطى الذراعين قفـــاز طويل





ثوب للسهرة يمتاز بكورساجه الضيق وبجونلته الواســـعة بعض الشيء ٠ ويلاحظ أن الكورســـاج معلق بشريطة من لون منــاسب



اختاري الموسلين لثوب السهرة




يمتاز الثوب المنشورة صورته في الصفحة اليمنى بان خصره عال . انه من الموسلين الابيض المحلى بجالون فضي . لقد ابتكره جاك جزيف . اما الثوب الاخر فهو ايضا من الموسلين الابيض ولكنه قصير . ويقدمه لانفان كاستيلو الذى يحرص على رفع خصره الى اعلى .



كوني بسيطة



لتصبحي أنيقة



الاناقة تنفر من المعقد وتميل الى البسيط وتكره الالوان الفاقعة وتعشق الالوان الهادئة . وها نحن أولاء نقدم على هاتين الصفحتين ثوبين لاقا استحسان الجميع فى حفلات العرض التى اقيمت اخيرا فى باريس . ان الحلية الوحيدة التى للثوب الذى الى اليمين هى هذه الشريطة المعقودة . اما الثوب الذى الى اليسار فهو من ابتكار بيير بالمان. ويلاحظ أن الكورساج مفصل على هيئة بلوزة . ومحلى بكرافات من القماش نفسه .

توالیت بعد الظهر والمساء



يحل بيير بالمان هذا الثوب الانيق المصنوع من التول الاسود بالدانتيلا البيضاء . ان الخصر يعتدى بعض الشيء على جزء بسيط من الجونيلة . الكورساج ضيق وبديكولتيه باتو وبدون أكمام . اما الجونيلة فواسعة بما فيه الكفاية

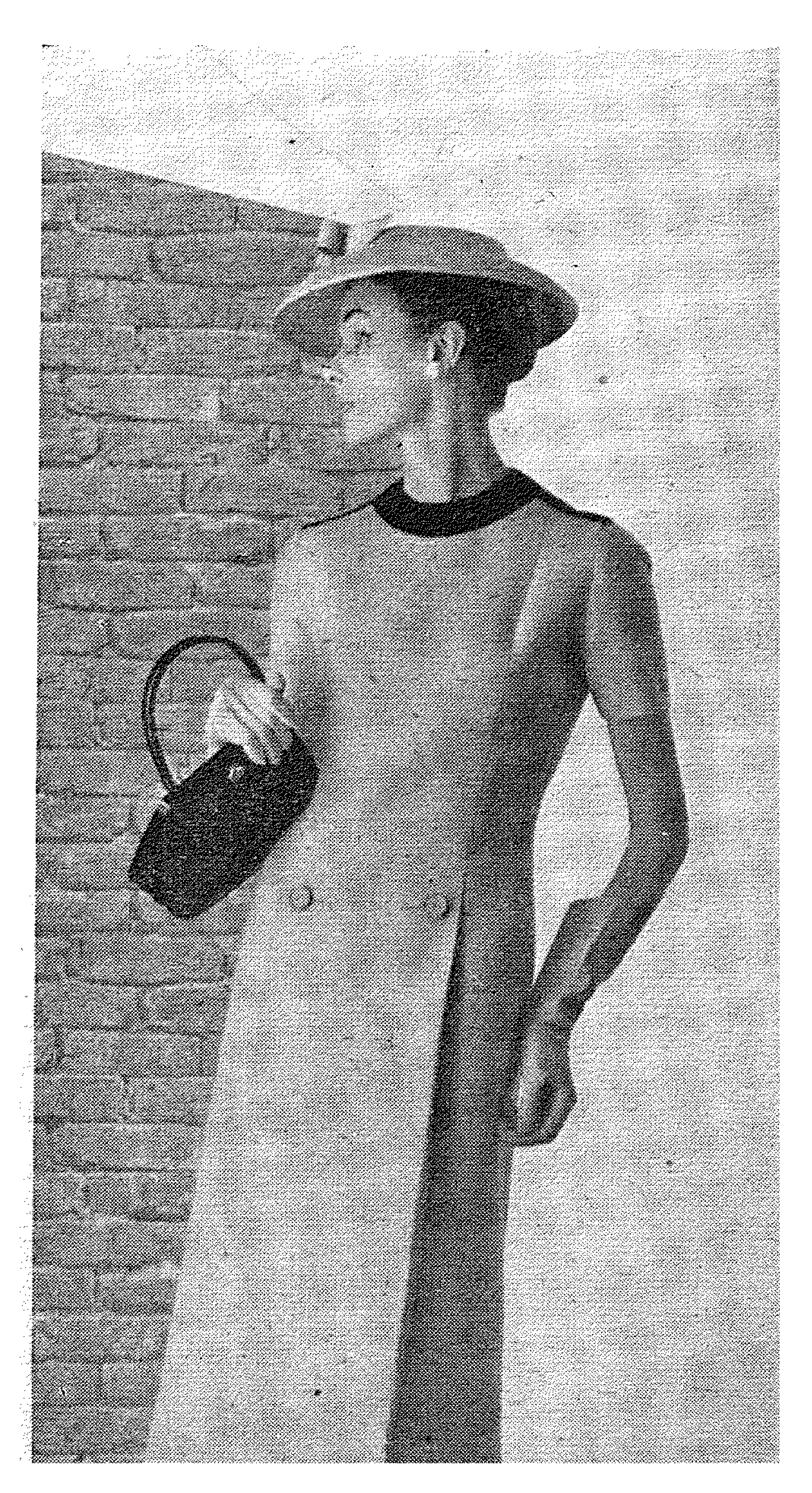


اما هذا الثوب الانيق فيقدمه جـاك فات ويختار له الاورجاندى الابيض الديكولتيـــه بقصة مبتكرة والكورساج محلى بتطريز وردى اللون • اما الجونيلة فمحلاة عند اســـفلها بپوهات من الساتان الوردى •

أقمشة وموديلات مختلفة



- روب من قماش قطنى للشاطيء
- بعد الظهر روب مانتو خفيف
- تايير للصيف من قماش كحلى



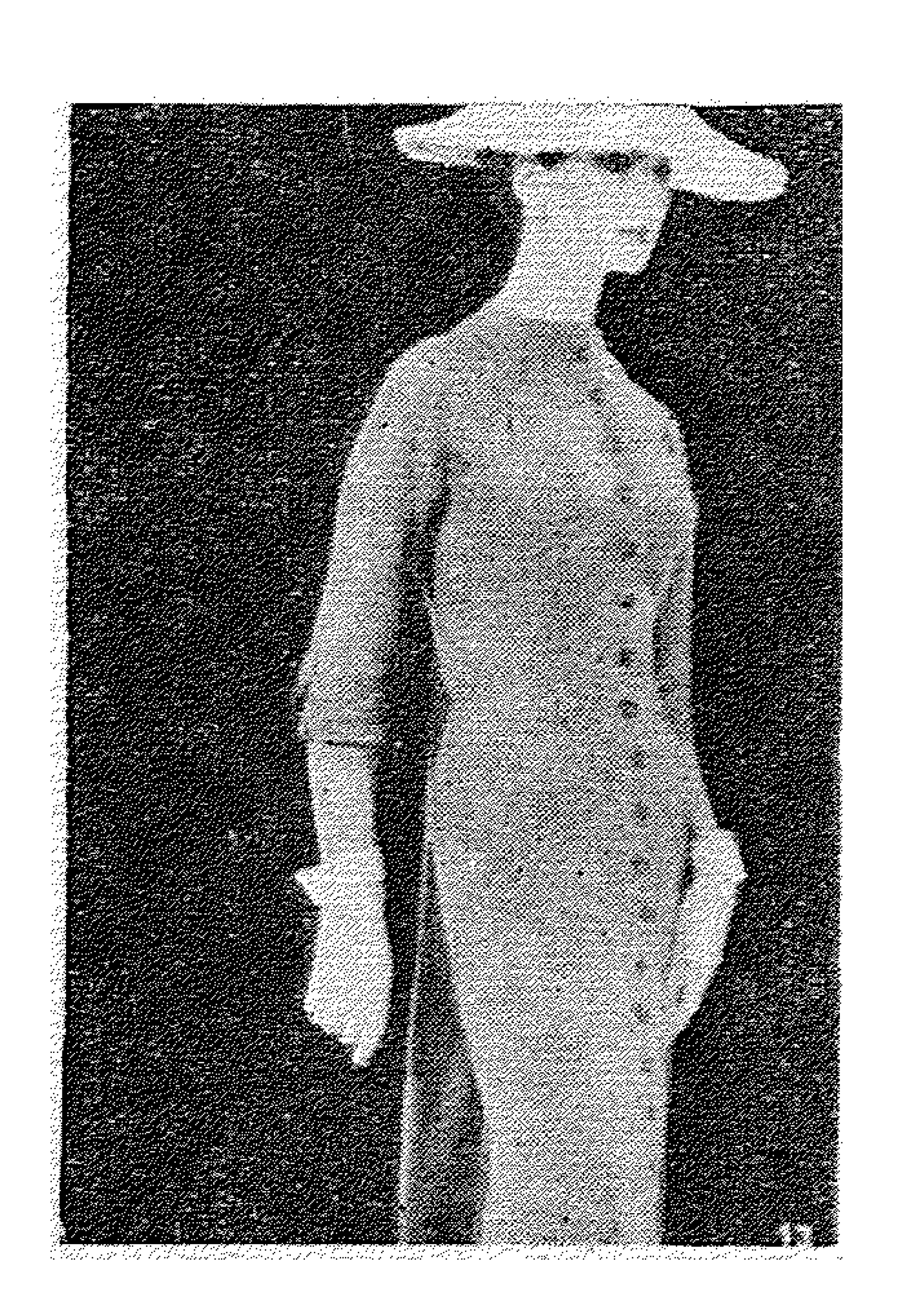


للصباح وبعد الظهر





- ثوب واسع بدون أكمام وبسيط
- ياقة مستديرة محلاة بالدانتيلا البيضاء
- ثوب للصيف يمتاز ببعض الضيق .



ابعدي وهج

جين بلانشو

البوى



هل فكرت فى قبعةالصيف ؟ انكلم تفكرى فيها بعدلانك سوف لا تحتاجين اليها فى الصباح. أما بعد الظهر فان فســاتين التواليت يجب ان تصاحبهاقبعة وقبعة انيقة .. افتحى دولاب ملابسك واخرجى منهالصندوق الذى تحفظين فيه قبعتك . ان فى استطاعتك ان تحيليها الى واحدة من هذه القبعات فيما لو استعنت بفن صانعة القبعات التى تعاملينها .

الشمس عن وجهك



اخوات لوجرو

لماذا لا تصنعى لابنتك واحدة من هذه الفوط الجميلة ؟ انها خير ما برندى فوق الثوب ان أردت أن يظل نظيفا • اننا نقدم لك على هذه الصفحة والصفحة المقابلة ثلاثة موديلات سهلة الصنع • وفى استطاعتك تنفيذها فى أوقات فراغك •

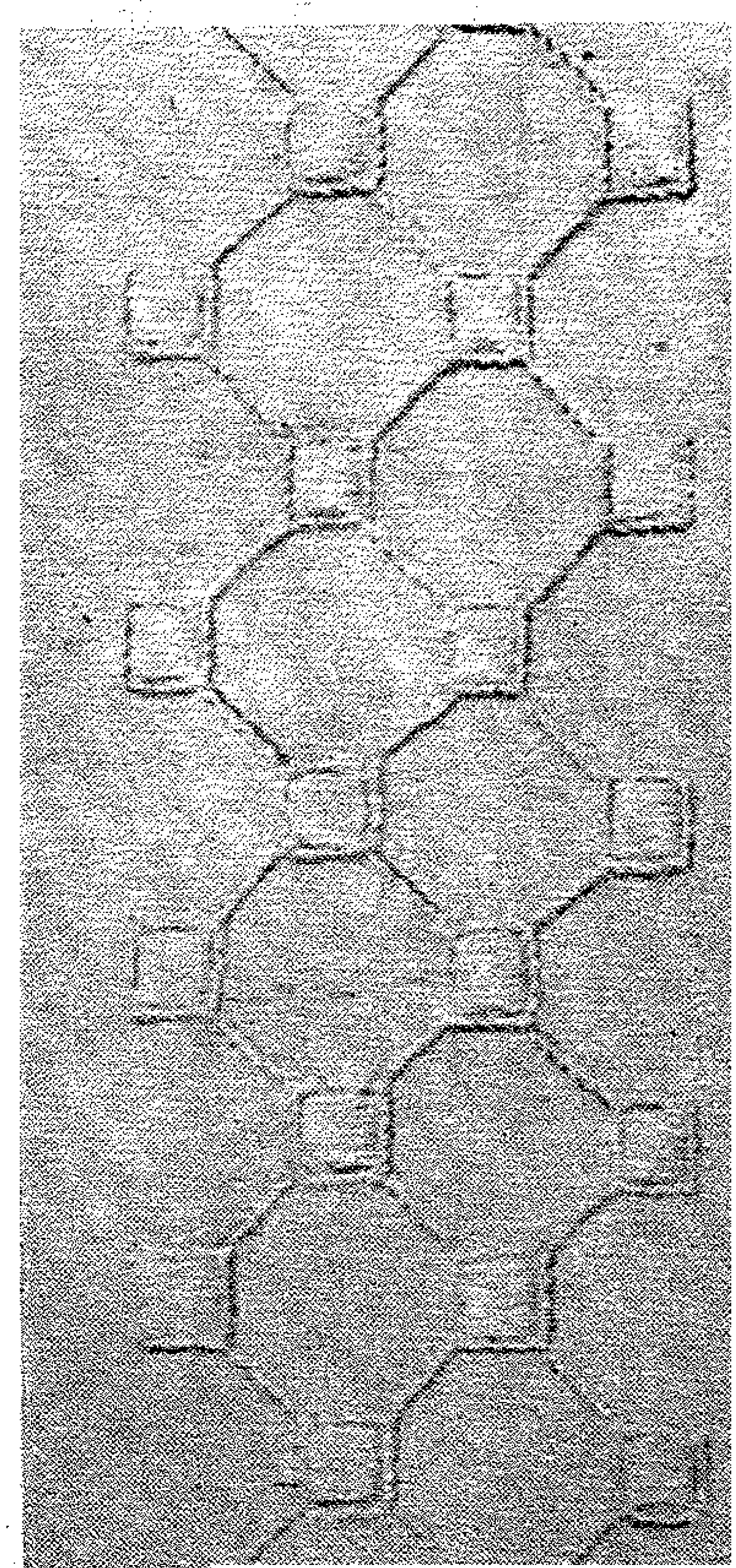
ان الفوطة التى نرتديها الطفلة المتوسطة الطول مصنوعة من قماش قطنى أبيض أو أصفر • وقد حليت بعروق مشغولة بغرزة الفرع وبالخيط الازرق والاخضر •

وان كانت ابنتك فى سن الخامسة عشرة فاصنعى لها الفوطة الكبيرة من البوبلين الازرق المشغول بالخيوط الحمراء والزرقاء والخضراء والصفراء •

أما الموديل الاخير فهو لطفلة لم تتجاوز الخامسة من عمرها • الجونيلة مكشكشة ومركبه تحت امبيسمان مشغول بموزاييك مصنوع كله بغرزة الفرع • كذلك الحمالات مشغولة بنفس الرسم وبنفس لون الخيط • اختارى لهذه الفوطة الاخيرة اللون الوردى الفاتح وليكن القماش من النوع الذى يقبل الغسيل • ولا بد أيضا من أن يكون الخيط الذى اخترته للتطريز من النوع الذى لا يبهت من الشمس • لقد نشرنا الوحدات التى ستطرزينها على الفوط بالحجم الطبيعى • وما عليك الا أن تنقليها مكررة بواسطه ورق النشف •

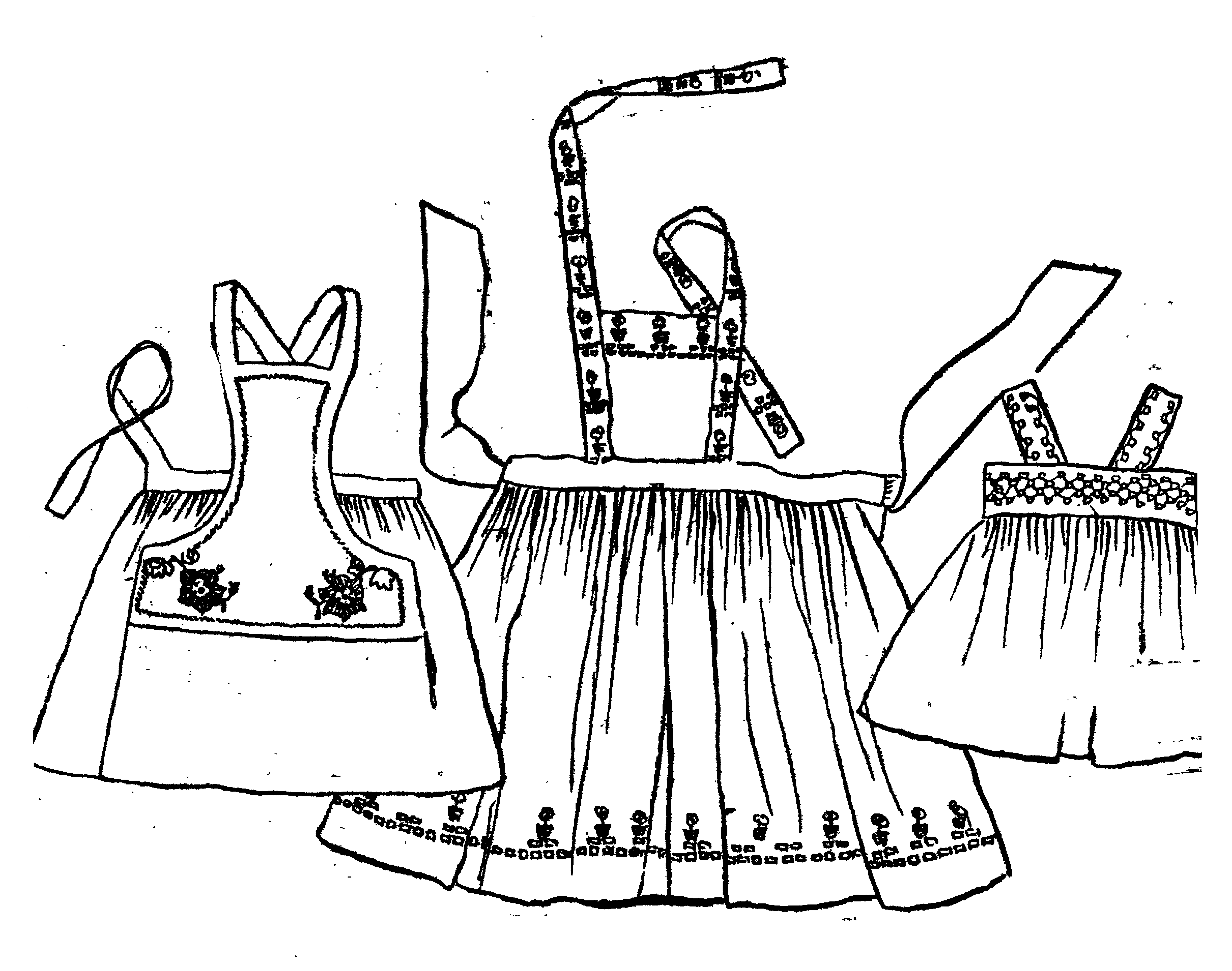
ان هذه الفوط فضلا عن جمال شكلها تحفظ ثياب أطفالك من الانساخ • جربيها واختارى لونا مناسبا •

ابدئى بالتطريز المصنوع بغرزة الصليب « بوان دى كروا » • ركبى بخياطات انجليزية الاجزاء الثلاثة التى تتكون منها جونيلة الفوطة المرسومه فى وسط هذه الصفحة • اعملى أورليه الذيل وكشكشى الجزء الاعلى وركبيه تحت للحزام • انتى بالاورليه أعلى البافيت • ضعى الحمالات وطرزى العراوى على الحزام وخيطى الازرار على حمالات الاكتاف •





فوطة جميلة لطفلتك



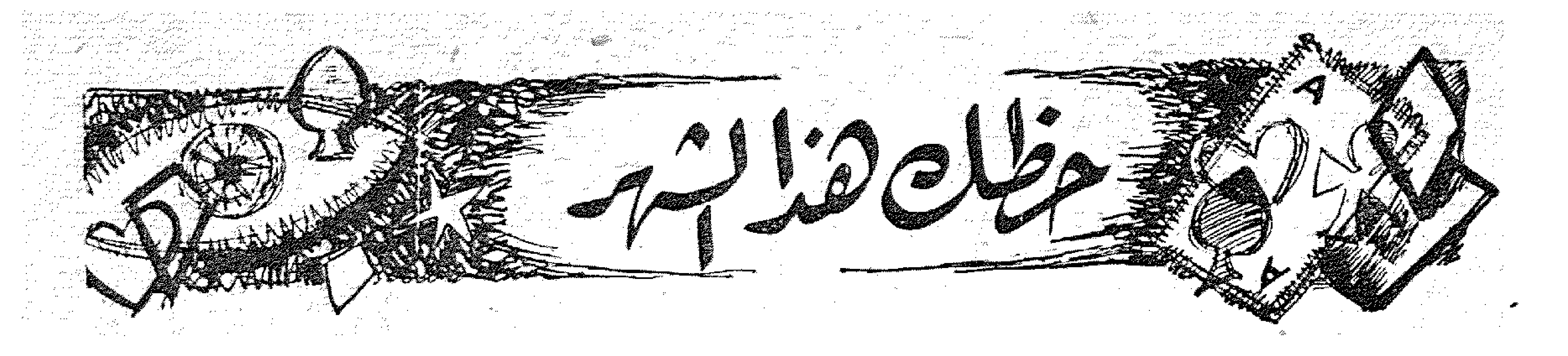
اما الفوطة الصغيرة المرسومة فان الجونيلة مركبة بكشكشة تحت الامبيسمان المشغول بموازييك مصنوع كله بغرزة الفرع • نفس الرسم نجده تحت حمالات الكتف العريضة •

ركبى بخياطات انجليزية أجزاء الجونيلة الثلاثة •• اعمل الاورليه للحواف • ثم كشكشى الجزء الاعلى على عرض الامبيسمان الذى اشتغلته بالبرودرى • اعملى البانسات وركبيه على الجونيلة • اشتغلى الحمالات واثنيها الوجه على الوجه • خيطى واقلبى ثم ثبتيها فى أماكنها المخصصة لها • اعملى أورليه لذيل الفوطة • اعملى برودرى على احدى حوافى الامبيسمان • وركبى الازرار فى أماكنها •



ان طفلك لم يتجاوز السنتين من عمره المديد ان شاء الله • لماذا اذن لا تختارى له ثوبا من هذه الثياب • انها جميعا جميلة وبسيطة ومصنوعة من قماش قابل للغسيل• هيا ابدئى من الان فى تفصيل الملابس التى سوف يرتديها فى الصيف • ان فى استطاعتك ان تصنعيها من بواقى فساتينك او من فساتينك القديمة •••

الى اليمين مجموعة من الثياب التى تليق بطفل فى سن الثانية او الثالثة • اصنعيها من قماش عادٍ قابل للغسيل •



من ٢١ مارس الى ٣١ منه :

سوف تخضعين هذا الشهر لتأثيرات غيرك من الناس خاصة من جهة الوظيفة ومن النواحي المالية .

من اول ابريل الى ١٠ منه :

انه شهر ملآن بالنشاط . وهو نشاط ستنالين من ورائه مكافآت سخية . احذري فقط من اليوم السابع عشر .

من ١١ ابريل الى ٢٠ منه :

هل أنت في انتظار شيء؟ سوف لا تنتظرينه بعد ذلك كثيرا . ان أمانيك سوف تتحقق جميعها أو جانب كبير منها .

من ٢١ ابريل الى ٣٠ منه :

لا تقلقي فان الكدر الذي قد يسابك لن يلبث أن يزول وسوف تعوضه مقابلة كنت لا تتوقعينها قد تحول مجرى حياتك .

من اول مايو الى ١٠ منه :

كوني منظمة وفكري جيدا قبل قيامك بأي عمل خطير . لا تشتري الا الاشياء النافعة . ولا تكثري من الكلام .

من ١١ مايو الى ٢٠ منه :

هل أنت مثابرة ذات عزيمة ؟ لا تخشي شيئا اذن . فان الاحوال سوف تتحسن .ولن تلبث أن تعود المياه الى مجاريها .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :

اياك أن تتخذي قرارا عاطفيا هاما في هذا الشهر . لاحظي أعمالك غير الارادية واعتني بصحتك

أول يونيه الى ١٠ منه :

انك تنتظرين أخبارا تأخر وصولها ، فان وصلت على غير ما تشتهين فلا تتضايقي ولا تنفعلي .

من ١١ يونيه الى ٢٢ منه :

استعداد طيب لاظهار نشاط غير معهود في محيط الوظيفة . سوف تنالين خلال هذا الشهر اعجاب الجميع .

من ٢٣ يونيه الى ٣٠ منه :

شهر طيب للحياة القلبية والمنزلية . ان المشتريات التي ستقومين بها فيها كثير من النفع والفائدة .

من أول يوليه الى ١٠ منه :

ستكونين خلال هذا الشهر موضع اعجاب جميع من يعرفك ومن تتاح له فرصة التعرف عليك . ولكن اياك والغرور .

من ١١ يوليه الى ٢٢ منه :

العزم والعقل وسيرك القويم سوف تسير بك الى بر الامان . فأياك وتغيير مبدئك .

من ٢٣ يوليه الى ٣١ منه :

كوني هادئة ان اردت ان تجني ثمار عملك في الوقت الحاضر وفي المستقبل القريب والبعيد .

من أول اغسطس الى ١٠ منه :

اعملي ما في وسعك لتركيز انتباهك على الناحية التي تأتي منها الفائدة . ارعي جانب الاولاد .

من ١١ أغسطس الى ٢٢ منه :

هاهو ذا الحظ عائد اليك بعد غيبة طويلة . انه يبتسم لك من بعيد ... ولكن كوني حذرة ولا تندفعي .

من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :

اياك والمناقشات والتغييرات . ان هذه الفترة من حياتك في حاجة الى حذر وعناية في كل الميادين .

من أول سبتمبر الى ١٠ منه :

امتنعي عن الاعمال التي ليس في طاقتك القيام بها ولا تعدي بأكثر ما تستطيعين الوفاء به .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :

انها فترة انتقال . اعتصمي بالصبر ولا تنظري الى الامور الا من الزاوية التي تحسنها في عينيك .

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :

أنت غاية في الطموح . انظري الى الامور بتفاؤل ان اردت الفوز بالاشياء التي تعملين للوصول اليها .

من اول اكتوبر الى ١٠ منه :

ان كنت تحسنين الاقناع ففي استطاعتك أن تنالي بغيتك بأقصر الطرق وأقربها الى الواقع .

من ١١ اكتوبر الى ٢٣ منه :

لا تتسرعي في اتخاذ قراراتك ان اردت أن تجني أرباحا من وراء العمل الذي تقومين به .

من ٢٤ أكتوبر الى ٣١ منه :

كوني حذرة في هذا الشهر ان أردت ألا يستفحل سوء التفاهم الذي قد يصادفك . أما الضائقة المالية التي تعانينها فسوف تنفرج

من أول نوفمبر الى ١٠ منه :

ان همومك الصغيرة لن تزول الا ان قابلتها بالصبر . فليس في الامر ما يدعو الى هذا الكدر .

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :

ابتعدي عن التقلبات العنيفة مهما تكن أعصابك قوية . ولا تسيء استعمال قواك الجثمانية .

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :

الافضل أن تجعلي الناس يحبونك بدلا من أن يخشونك . لا تكوني محايدة ولا تكوني مندفعة .

من اول ديسمبر الى ١٠ منه :

ابتعدي عن الخيالات العاطفية . ان عقلك اكثر تعقلا من قلبك !

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :

ان الحظ سيساعدك في أعمالك ولكن انتبهي الى صدرك وراقبي كبدك .

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :

قد يلعب الحب دورا هاما في محيط أسرتك ليحل بعض المشاكل التي لا تزال معلقة منذ سنين .

من أول يناير الى ١٠ منه :

لا تعرضي حياتك العاطفية للخطر كوني حذرة ولا تثقي الا بخلصائك من ذوي السيرة الحسنة .

(البقية على ص ٨٣)

اصنعى بنفسك



سرير من الخيزران

لقد كسى هذا السرير بقماش قطنى ذى حبات زرقاء . واحيط به حزام سانيتيت ازرق .

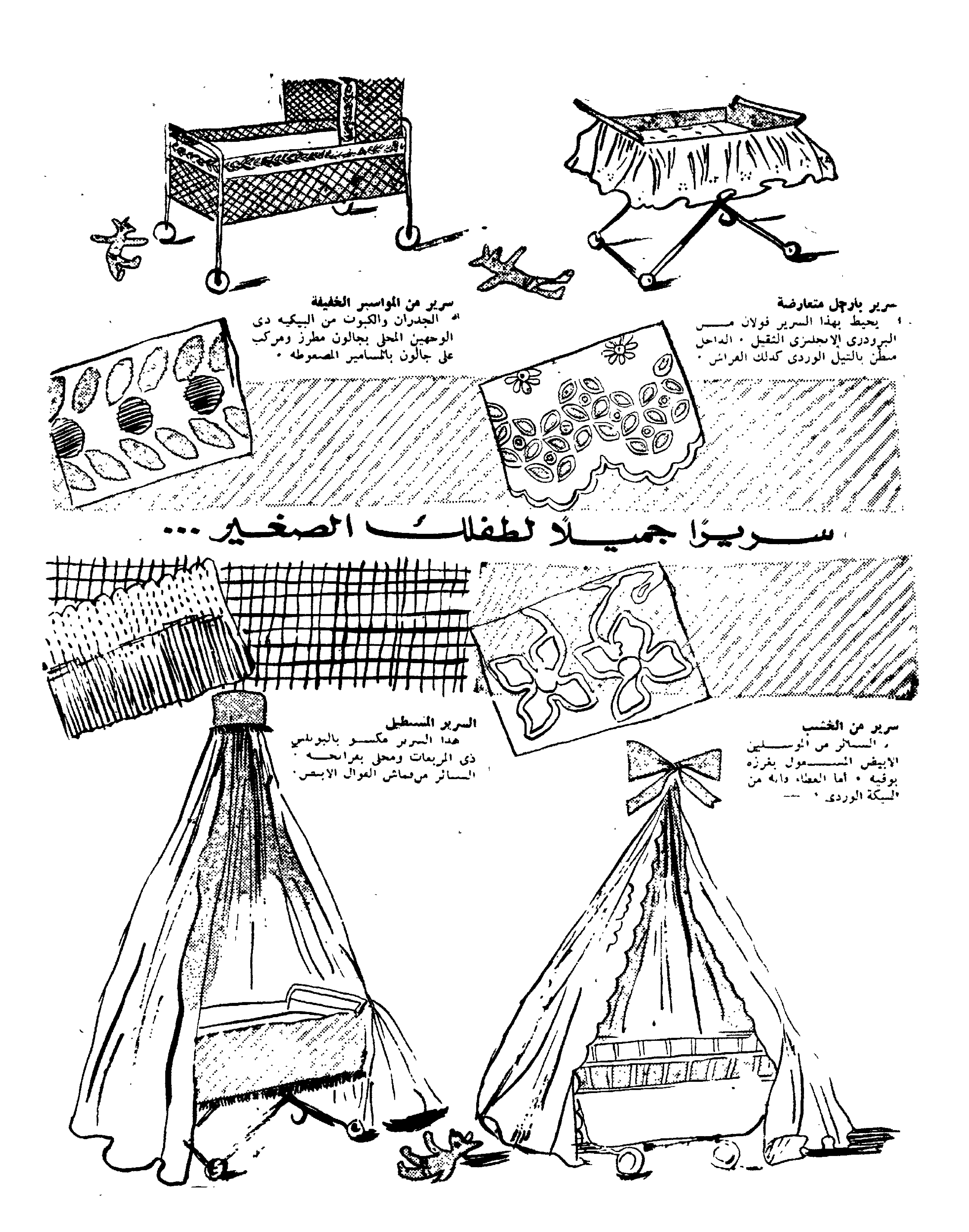
سرير القوقعة

تغطيه فوطة فسوسة من النسيت الوردى . ويرتبط الفوال المطنى الابيض بالسهم بواسطه سريط من النسبت الوردى .

اختارى واحدا منها

سواء وقع اختيارك على مهـــد حديث أو مهد كلاسيكى فانه لا بد ان يكسى بقماش يتناسب وجمال طفلك الذى سينام فيه . ولسنا فى حاجة الى أن ننبه نظـرك الى أن الاقمشه الجميلة ليست دائمـا الغالية الثمن : اختارى لمهد طفلك اقمشة قطنية خفيفة أو فـوال مصنوعا من القطن . فان غسلها سهل وتحفظ ابنك من الغبار .

سريرًا جميلًا لطفلك الصغير ...

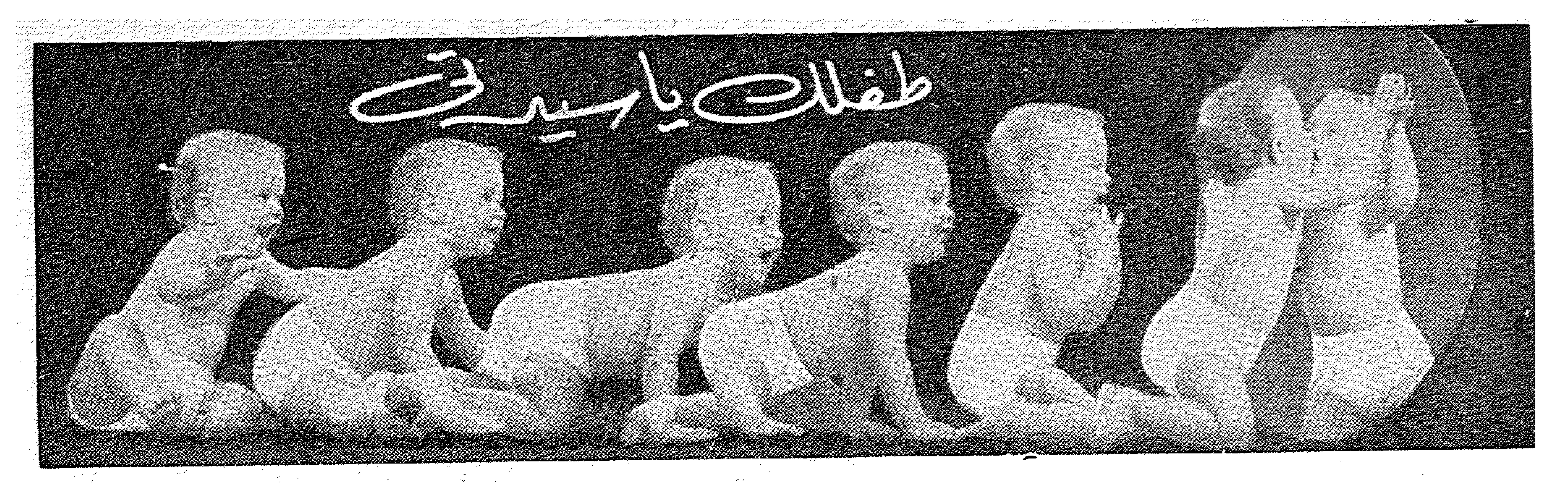


سرير بارجل متعارضة
يحيط بهذا السرير فولان من البرودرى الإنجليزى الثقيل • الداخل مبطن بالتيل الوردى كذلك الفراش •

سرير من المواسير الخفيفة
الجدران والكبوت من البيكيه ذى الوجهين المحلى بجالون مطرز ومركب على جالون بالمسامير المصموطه •

السرير المسطيل
هذا السرير مكسو بالبوبلين ذى المربعات ومحلى بمراوحه • الستائر من قماش الفوال الابيض •

سرير من الخشب
الستائر من الموسلين الابيض المعمول بغرزه بوفيه • أما الغطاء واله من السيكة الوردى •



ان الخروج فى الشمس والهواء الطلق يفيدك كما يفيد طفلك ، ومع ذلك فان وجود الطفل فى حجـــرة صحية هاوية أفضل من خروجه فى البرد أو فى يوم شديد الرطوبة ، وفى الايام شديدة الحر قد يكون المنزل الطف جوا من الخارج •

وعندما تشع الشمس على جســم طفلك فانها تقتصر على أن تجعـــله اسمرا ولكن أشعة الشمس فــوق البنفسجية تكسب الجلد فيتامين د وهذا الفيتامين يساعد الطفل عــلى تكوين عظام مستقيمـــــة واسنان صحيحة وعضلات قويـــة ، ولكى يحصل كل هذا يجب أن تسطـــع الشمس على جلد طفلـــــك ، اذ أن الاشعة فوق البنفسجية لا يمكنهـا اختراق الملابس الا اذا كانت خفيفة جداً أو مخرمة •

وعندما يكون عمر طفلك بضعــة اسابيع يمكنك أعطاؤه حمام شمس عندما يكون الجـــو مناسبا له بلا ملابس على أن لا يكون هذا الجو حارا ، وتذكرى ان جلد الطفـــل رقيق ويحترق بسرعة اذا اردت ان تبدئى معه حمام الشمس ، فمبدئيا عرضى جزءا صغيرا فقط من جسمه ولمدة لا تزيد على خمس دقائق •• ويمكنك أن تبدئى بظهره أو أرجله، وعندما يعتاد جسمه كله على الشمس يمكن تعرضه دقيقتين اكثر من اليوم السابق حتى تصل مدة الحمام الى نصف ساعة •

واقلبيه تباعا ولا تجعلى وجهـــه مقابل للشمس ، وتأكدى من أنه لا يصـــل الى درجة الحرارة التى تتضايق منها •

واذا كان طفلـــك أشقر وجلده ابيض ورقيق كونى على حــذر تام فسيحرق جلده بسهولة أكثر ••• وكل الاطفال يستفيدون من أشعة الشمس ولكن ليس جميعهــــم من يسمر جلدهم ••

والاكثار من أشعة الشمس ضار بالاطفال حتى بعد أن يتلون جلدهم

فكونى حذرة جدا من حـــــرق الشمس اذا ذهبت الى شاطىء البحر •• اتركى الطفل فى الشمس لمدة وجيزة جـــــدا فى الايام الاولى •• فبالنسبة لان أشعة الشمس تزداد فان جلده سيحترق بأسرع مما تقدرين •

واذا كنت ساكنة بعيدا عن أماكن النزهة فسيلزمك عربة للطفل •• ولا ريب فى أنك تكونين فى غيــر حاجة اليها اذا كان بجـــوار منزلك حديقة عامة مثلا •

ونحن ننصحك باختيا عربة كبيرة يستطيع طفلك ان يمتد فيها بطوله الكامل ويكون بها المتسع الكـــافى للفائفه ، ولا يصح أن تكون العربة ثقيلة من أعلى ويسهل انقلابها • ويجب أن يكون لها مرتبة محكمه ومستقيمة وذات طول كامل • وفى موسم الذباب والنـــــاموس يجب تغطيتها بتل ناموسية •

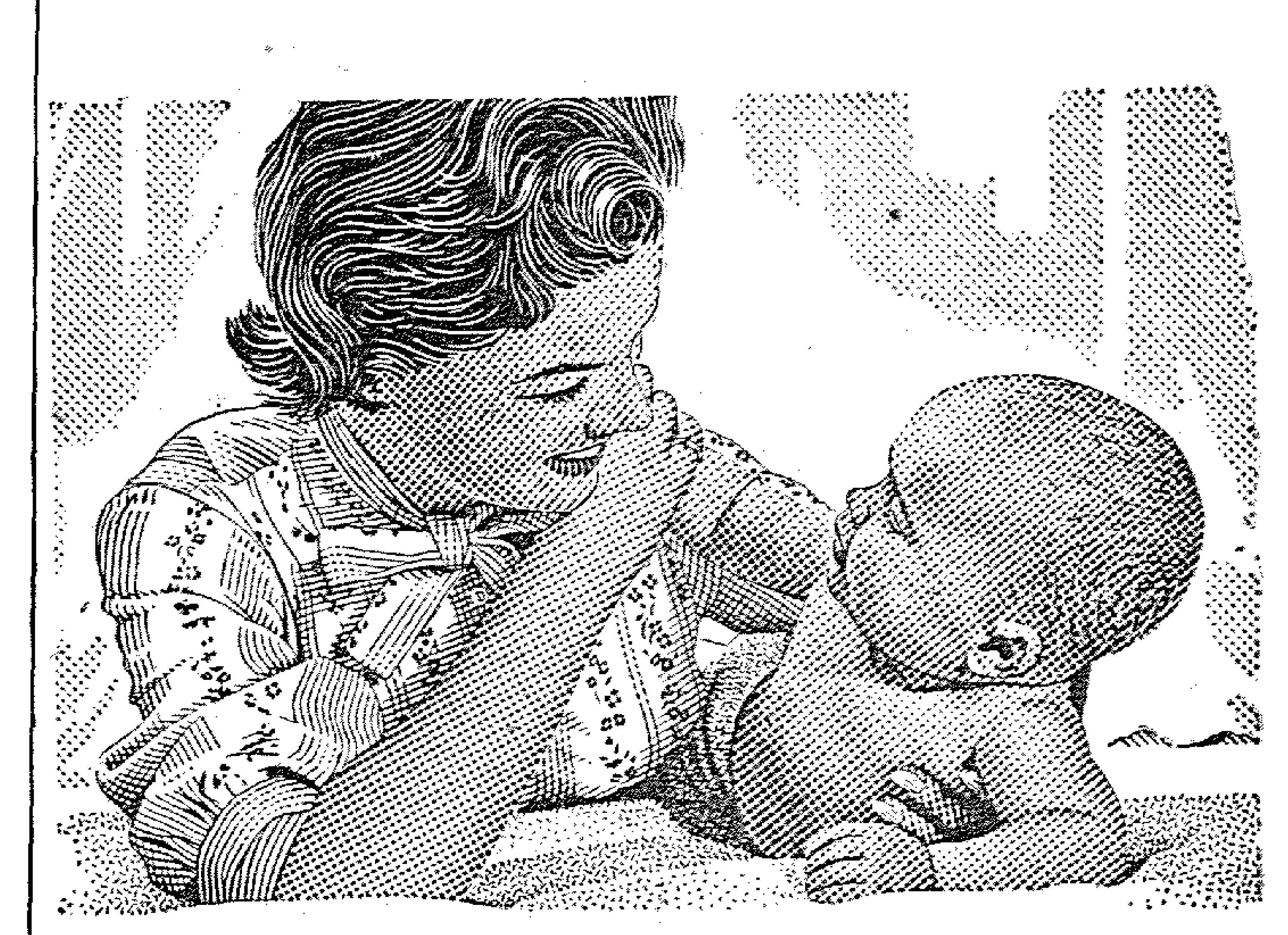
وعندما يكون سن طفلك كافيا ليجلس سيحتاج الى مخدة صغيرة محكمة لوضعها وراء ظهره ـ كما انه سيحتاج لان يربط فى العربة بحزام يلتف حول وسطه ومتصـــل بجوانب العربة •• هذا ويجب أن تعلمى أن « السير » الذى يأتى مع العربة ليس كافيا لكى يمنعه من الوقوف ، والعربة التى تعلو عـــن الارض علوا كافيا تحمى الطفل من غبار الشوارع ومن الحيوانات التى قد تخيفه ••

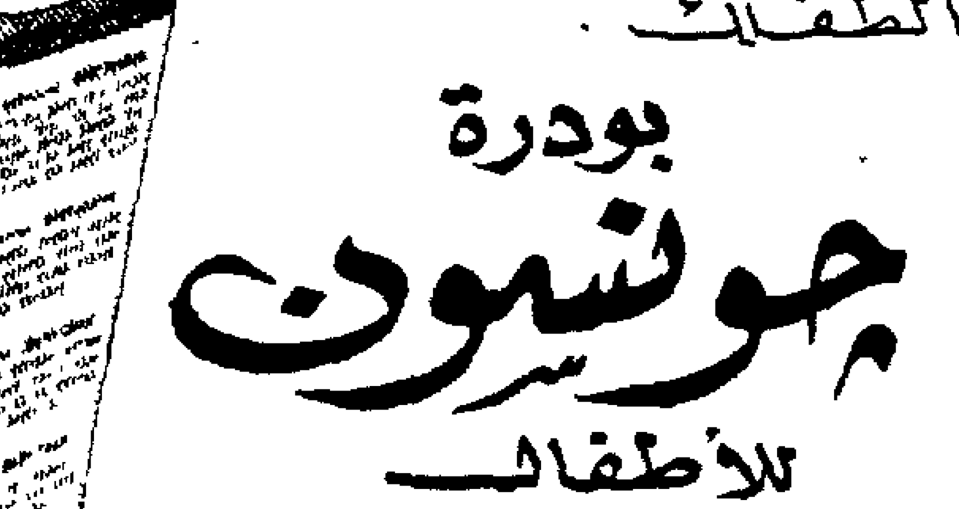
ولا تنسى أن تأخذى معـــــك الى الحدائق العامة التى تذهبين اليها انت وطفلك بعض اللعب المسلية •

والاطفال الكبيرة تحب الاشـــياء التى يمكنهم ملئها وتفريغها مثـــل الجرادل •

ولا تمنعى طفلك من استعمال أى لعبة ولو وضعها فى فمــــه ولكن لاحظى فقط أن تكون هــذه اللعب كبيرة لا يسهل بلعها ، وألا يكون بها حروف أو أسنان مدببـــــة ، وألا ينفصل جزء منها يسهل عليه وضعه فى فمه ••

ام مجربة





قرارات الجمعية العمومية العادية لمساهمي بنك مصر

أثر بنك مصر في توجيه اقتصاديات البلاد والنهوض بها

اجتمعت جمعية المساهمين العامة بدار بنك مصر مساء يوم السبت ٣١ مارس ١٩٥٦ حيث ألقى السيد الاستاذ محمد رشدى رئيس مجلس ادارة البنك تقريرا ضافيا تحدث فيه عن السياسة الدولية وعن التوتر القائم بين الدول الامر الذى كان من نتائجه تزايد الدعوة الى السلام بعد انعقاد مؤتمر باندونج وظهور كتلة الدول الاسيوية والافريقية ككتلة متضامنة متعاونة فى شتى الميادين · كما تناول حالة الاقتصاد الدولى خلال عام ١٩٥٥ والعوامل التى أثرت فيها ·

ثم انتقل سيادته الى الميدان الداخلى وتحدث حديثا وطنيا صادقا عن الدستور المصرى وأهم الاسس التى تناولها وعن استقلال السودان مهنئا الامة السودانية باستقلالها، ثم تحدث عن حالة الاقتصاد القومى وما شهده عام ١٩٥٥ وعن سعى المسئولين لبناء دعائم الصناعة فى مصر كما تحدث عن تأسيس شركة الحديد والصلب وشركة الصناعات الكيماوية المصرية وشركة الجوت ، والاسمنت والالبان والاغذية، وصناعات الكاوتشوك ، ثم تحدث عن الحالة الزراعية ومشروعات الثورة فى سبيل زيادة الانتاج الزراعى ، وتناول حالة السوق التجارية وسوق القطن وسوق الاوراق المالية ·

كما تحدث سيادته عن مشكلة الارصدة الاسترلينية وما يعود على ميزانية البلاد من انتهاء تلك المشكلة التى حيرت الكثيرين من رجال العهود الماضية حتى تناولتها يد الثورة فيما تناولت فحلت عقدتها ·

كما تحدث عن أثر اصدار سندات قروض الانتاج فى انعاش الاقتصاد وفى كافة الشئون التعميرية بالبلاد ·

ثم انتقل الى شئون بنك مصر وتحدث عن السهم الوافر الذى ساهم به البنك فى كافة المشروعات الحديثة فى البلاد وعن مدى النجاح الذى لاقاه والفروع الجديدة التى افتتحها وعن زيادة الودائع والاحتياطى وزيادة رصيد محفظة الاوراق المالية، وعن انشاء مجلس البحوث التابع للبنك لتزويد الشركات بالبحوث العلمية والفنية للاستمرار فى نشاطها على أساس علمى واقتصادى سليم وتناول بعد ذلك فى حديثة قيمة الارباح التى ستوزع على السادة المساهمين ·

وقد وافقت الجمعية على القرارات الاتية :

قرارات

الجمعية العمومية العادية لمساهمى (بنك مصر) المنعقدة بدار البنك فى يوم السبت ٣١ مارس ١٩٥٦

قررت الجمعية العمومية بالاجماع ما يأتى :

أولا – التصديق على تقرير مجلس الادارة وعلى الميزانية والحسابات للسنة المنتهية فى ٣١ ديسمبر سنة ١٩٥٥، واخلاء طرف أعضاء مجلس الادارة من كل ما يتعلق بادارتهم فى السنة المذكورة ·

ثانيا – الموافقة على توزيع الارباح كاقتراح مجلس الادارة وصرف مبلغ ثمانين قرشا عن كل سهم – دون استقطاع ضرائب – مقابل تقديم الكوبون رقم ٣٣ الى بنك مصر أو أحد فروعه ابتداء من يوم السبت ٧ أبريل سنة ١٩٥٦ ·

ثالثا – اعادة انتخاب الاستاذ محمد رشدى والاستاذ محمد محمود جلال

رابعا – اعتماد ضم كل من السادة الاساتذة: محمود العتال وأحمد فؤاد ومحمود محمد لطفى ويوسف مرقص حنا والدكتور محمد على عرفه وعلى بدوى ومحمود حسن الى أعضاء مجلس الادارة ·

خامسا – الترخيص لمجلس الادارة بالتبرع فى حدود المادة رقم ٤٠ من القانون رقم ٢٦ لسنة ١٩٥٤

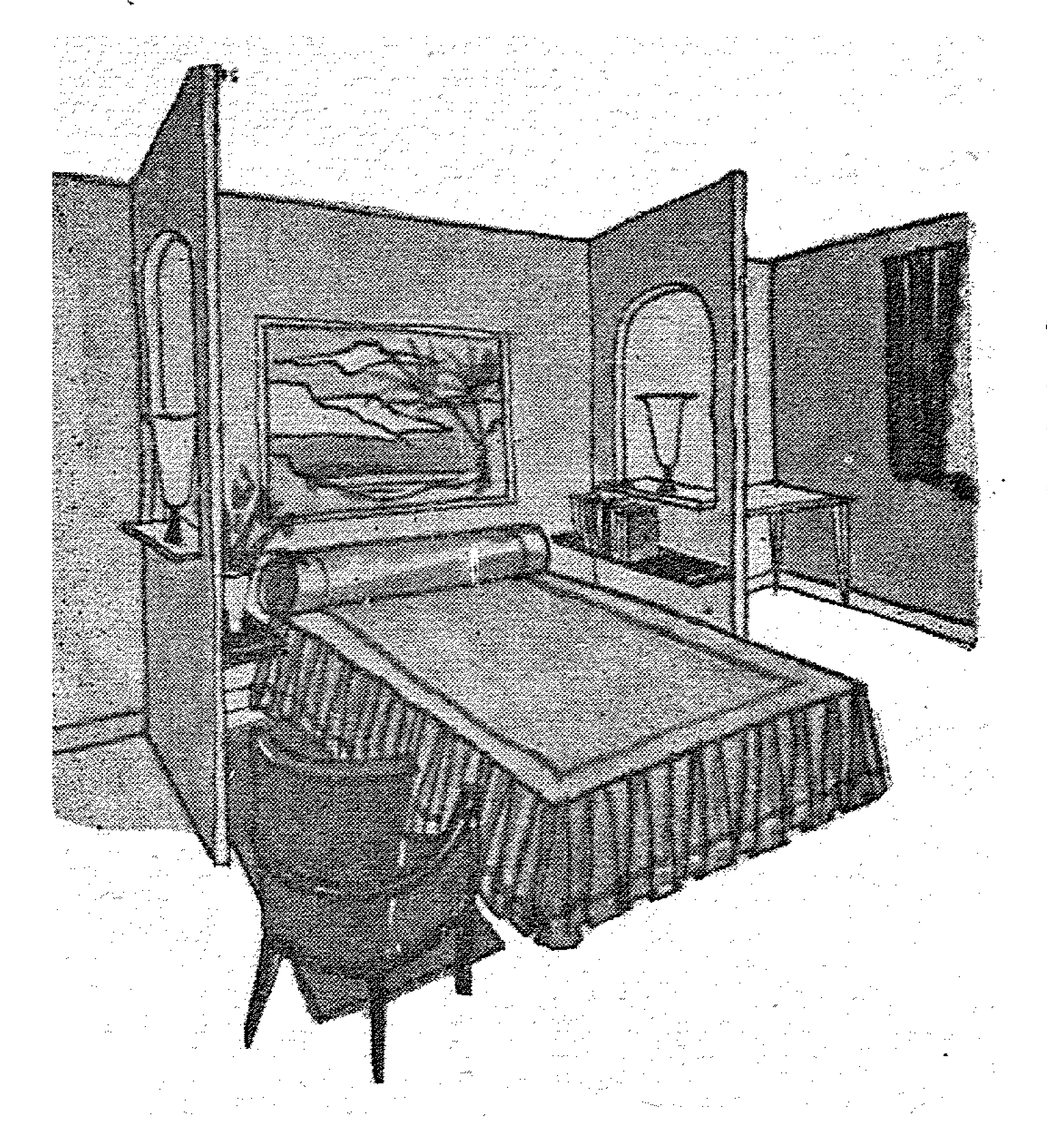
سادسا – الموافقة على الاشتراك فى تأسيس شركة الصناعات الكيماوية المصرية والشركة العامة لمنتجات الجوت وشركة مصر للتجارة الخارجية والشركة القومية لانتاج الاسمنت مع تفويض مجلس الادارة فى تأسيس غيرها من الشركات بالقدر الذى يراه مناسبا ·

سابعا – الموافقة على اعادة تعيين الاستاذ زكى حسن ومستر أ·و· كوبر مراقبين للحسابات وتقدير أتعابهما فى حدود حد أقصى مبلغ ٦٠٠٠ جنيه ·

رئيس مجلس الادارة
محمد رشدى

أثاث منزلك

ان اختيار الديكور الذى نعيش فيه يجب أن يعبر عن أذواقنا وأحلامنا وشخصياتنا · فلم نتركه هكذا للصدف ؟ اننا نذهب فى العادة الى تاجر الاثاث ونختار احدى الغرف المعروضة عنده ، ثم نعود الى المنزل ونضعها كيفما اتفق ·· أو نضعها كما وضعها الجيران الذين ذهبنا لتهنئتهم بشقتهم

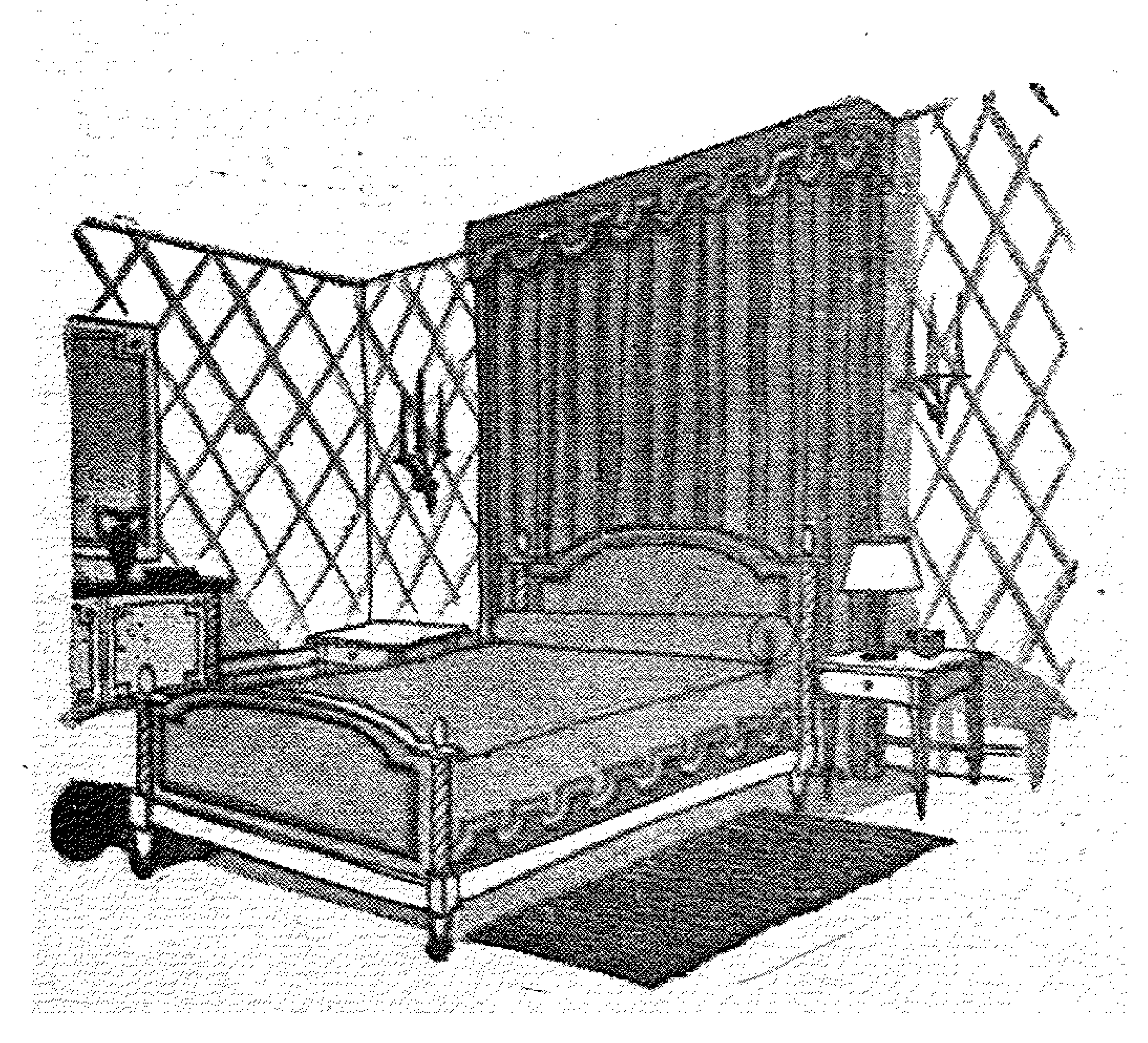


١ ـ الغرفة الحديثة

يقتصر السرير على أن يكون فراشا وملة قد غطيتا بغطاء سرير ذى فولونات · والافضل طبعا أن يكون سادة ومحلى بشريط من لون آخر مناسب كما هو مبين فى الرسم · وان تبين لك بعد ذلك أن الغرفة أكبر مما يجب أو أنها فارغة أو لا توحى بالدفء ، فما عليك الا أن توجدى فيها كوة صناعية بواسطة فاصلين عموديين على الحائط ويصلان الى السقف · ويمكن استخدام هذين الفاصلين بحيث يصبحان دولابين للملابس أو يتركان كما هما · وتفتح فيهما نافذتان ويعلق داخلهما رفان للكتب أو لوضع البيبلوهات · ويعلق فوق رأس السرير لوحة فنية · ولا بأس من أن توضع آنيتان للزهور على نافذتى الفاصلين · وحبذا لو دهنا بلون يخالف لون الغرفة لتضفى عليهما طابعا خاصا يخالف طابع الغرفة كلها ·

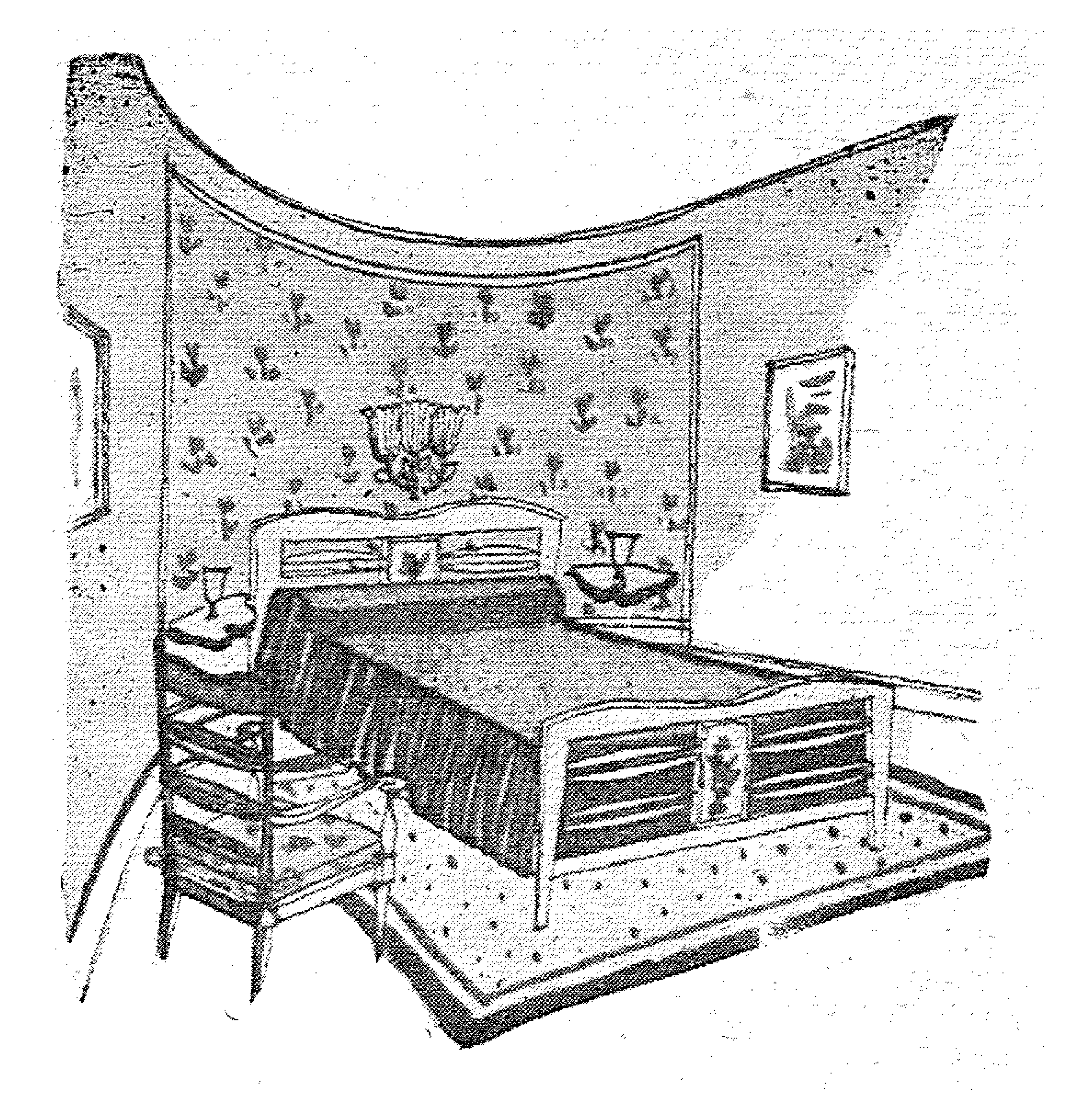
٢ ـ الغرفة التى من طراز قديم

لا بد أن يتفق غطاء السرير وطراز الغرفة نفسها · لقد اخترنا لك غرفة من طراز لويس السادس عشر · فلا بد من أن تضفى خلف هذا السرير ستارة تبدأ من السقف · ولا تنسى الفستونات الموجودة فى أعلى الستارة · انها يجب أن تكون من نفس طراز غطاء السرير · وحبذا لو طليت بشريط من لونه · واحرصى على أن يكون كل شىء فى هذه الغرفة من نفس الطراز : المرآة ذات البرواز ومائدة السرير · حتى المصابيح الكهربائية يجب أن تكون من الطراز الذى قر رأيك عليه · وان كنت من ذوات الذوق السليم المولعات بفن التأثيث فاننا ننصحك أن تضفى على ذلك كله مسحة جديدة · اذ أن فى استطاعتك مثلا أن تتجاوزى عن التفاصيل الدقيقة التى كانت ميزة قطع الاثاث القديمة · ان عصرنا الحاضر لا يحفل بها لانها تحتاج منك الى عناية فائقة وتنظيف مستمر ·



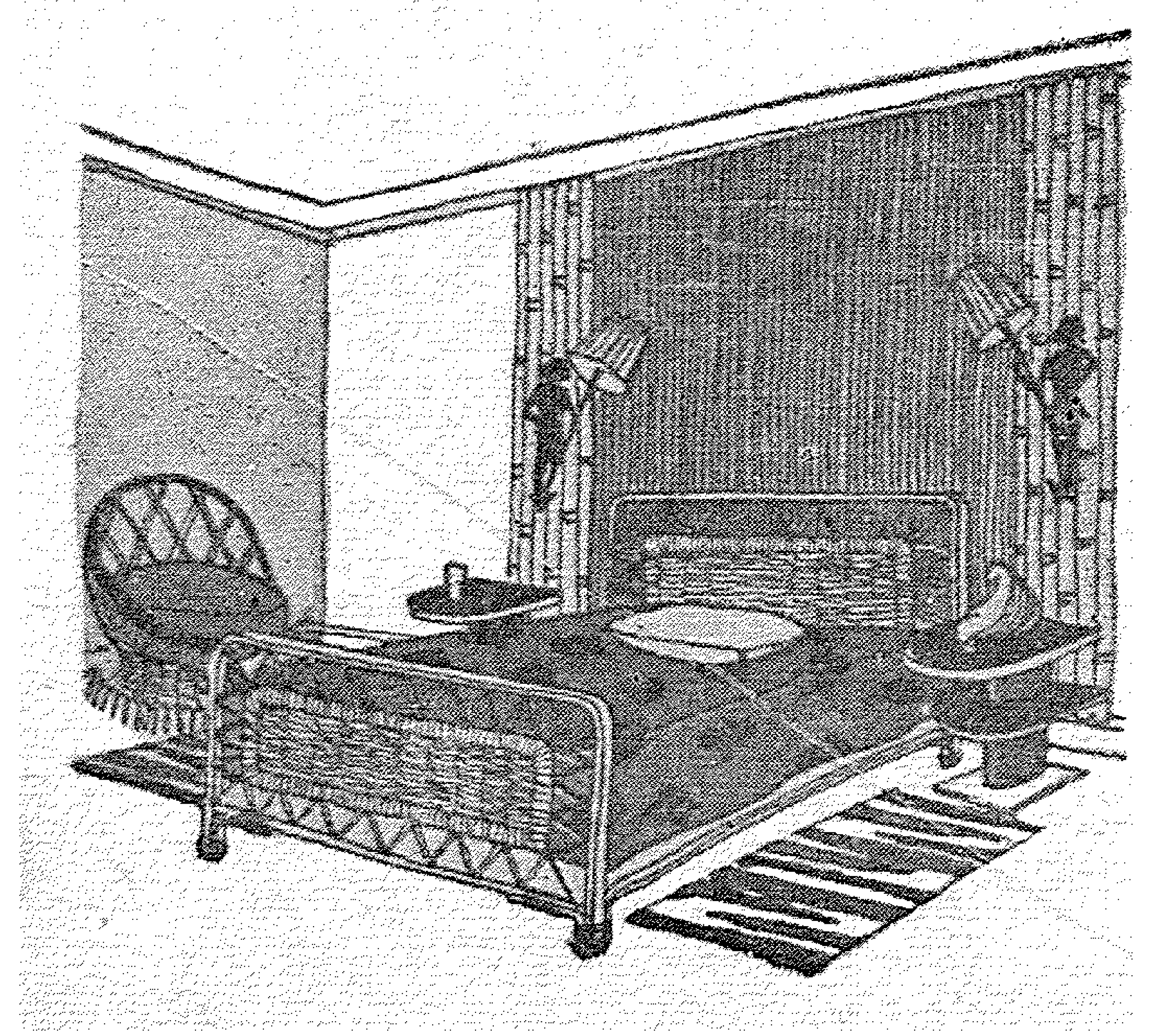
عنوان شخصيتك

الجديدة ! اننا لو أردنا منزلا لنا نحن ، يرضى خيالنا وشعور الجمال الذى نفخر فيه ، يجب ان نفكر ونفكر مليا قبل أن نقدم على تأثيث أية غرفة ٠٠ وها نحن أولاء نقدم لك على هاتين الصفحتين بعض الافكار لتأثيث غرفة النوم ٠ ولكننا نرجو ألا تتبعيها بحذافيرها اذ يجب ان يكون لك رأى فيها ٠



٣ ــ الغرفة الريفية

يحتفى الاوروبيون والامريكيون كثيرا بالطراز الريفى ، لانه يجمع بين الجمال والبساطة وقلة التكاليف ٠٠٠ هل غرفتك كبيرة ؟ ضعى إذن السرير فى أحد أركانها ٠ ولكن ألا ترين معى أن الركن ليس فيه اى شيء من الجمال ؟ لماذا لا تضعين اذن عارضا أو برافانا يخفى هذا الركن ٠ اكسى هذا العارض بالكريتون المشجر ذى اللون الزاهى وضعى عليه مصباحا يتألف من عدة أفرع ليضيء هذا الجزء من الغرفة ٠ ولا بأس من ذلك من اختيار لوحتين جميلتين وتعليقهما الى يمين والى يسار السرير ٠ ولسنا فى حاجة الى القول بأن غطاء السرير يجب أن يكون من لون موحد غامق ٠ أما المائدة الصغيرة أو الكومودينو فيستحسن فى هذه الحالة ان تكون على هيئة رف ٠ وبطبيعة الحال أن يكون سائر قطع أثاث الغرفة من الطراز الريفى المعروف بالروستيك ٠



٤ ــ الغرفة المبتكرة

ما رأيك فى هذه الغرفة ؟ انها جميلة بلا شك ولن تكلفك كثيرا لانها من الخيزران ٠ ان كل ما نطلبه منك هو أن تبحثى عن الصانع الماهر الذى يستطيع أن ينفذ لك هذا الانموذج ٠ وحبذا لو اخترت للفرش قماشا ينسجم مع الطابع الذى أضفيته على الغرفة ٠ أما الاضاءة فيجب أن تلعب دورا هاما فى هذه الحالة ٠ والافضل أن تكون غير مباشرة وأن تحمل نفس الطابع ٠ ان مثل هذه الغرفة سهلة التنظيف لان الغبار لا يعلق عليها بسهولة ٠ ولكن المهم أن تعرفى كيف تجعلين أجزاءها المختلفة تنسجم مع بعضها البعض ٠ لا تتساهلى مع نفسك ٠ لا تقولى فى استطاعتى ادخال هذه المنضدة أو تلك ٠ ان كل ما فى الغرفة يجب أن يكون من الخيزران والا فقدت طابعها الذى هو سر جمالها وسحرها ٠

بلوفر جميل بالألوان



.. **الالوان المنتخبة لهذا البولوفر الجميل المطوى الحواشى** الاسود والابيض والرمادى

المواد اللازمة : ١٤٠ جراما (٥ شلل) اللون الارضى (متوسط) و ٢٨ جراما (شلة) من اللون الفاتح و ٢٨ جراما (شلة) من اللون الغامق من صوف باتونز بيهايف فنجرنج – ٣ فتل – المصنوع لمقاومة الانكماش والممدد او ١٦٨ جراما (٦ شلل) من اللون الارضى (متوسط) و ٢٨ جراما (شلة) من اللون الفاتح و ٢٨ جراما (شلة) من اللون الغامق من صوف باتونز بربل هيذر فنجرنج – ٣ فتل – ابرتان نمرة ١٣ وابرتان نمرة ١١ ماركة بيهايف أو كوين بى – مجموعة من ٤ ابر نمرة ١٣ ومجموعة من ٤ ابر نمرة ١١ (طول كل منها ٣٠ سنتى) ماركة كوين بى بحد مدبب من الناحيتين والمصنوعة حسب مقاييس بيهايف الدقيقة . وعدد ٢ حامل غرز بيهايف .

لتتوصلى الى نتائج مضمونة يجب ان تستعملى الصوف المبين بعاليه ..

المقاسات : مقاس الصدر ٨٥ سنتى – الطول من أعلى الكتف ٥١ ١/٤ سنتى . التعليمات المبينة هنا تسرى على هذه المقاسات فقط .

قوة الشد : ٨ غرز و ١٠ سطور لكل ٢ ١/٢ سنتى مربع على الابرتين نمرة ١١ بغرزة عادية

الاصطلاحات : ع = غرزة معدولة . م = غرزة مقلوبة .

١ ع = اعملى غرزة بأن تلتقطى الخية القائمة بين الغرزة التى اشتغليها والغرزة التالية بأن تشتغلى فى ظهرها .

الامام :

اسعملى اللون الارضى والابرتين نمرة ١٣ وبطريقة الابرتين ابدئى ١٠٤ غرزة .

اشتغلى مضلع ١ ع – ١ م مساحة ٨ ٣/٤ سنتى .

استمرى فى غرزة عادية الى ان يصبح مقاس الشغل ١٧ ١/٢ سنتى من البداية وانتهى فى اخر سطر م .

السطر التالى : اشتغلى الحاشية بأن تشتغلى معا غرزة من الابرة وغرزة من الحافة المبدوءة بعرض السطر .

السطر التالى : ٨ م (زودى فى الغرزة التالية – ٧ م) ١٢ مرة – (١١٦ غرزة) .

انتقلى الى الابرتين نمرة ١١ واستمرى فى غرزة عادية بتكسيم النبلة كالاتى :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : م .

السطران ٣ و ٤ : كالسطرين ١ و ٢

السطر ٥ : ٣٨ ع – أ غ – ع لاخر ٣٨ غ – أ غ – ع للاخر

السطر ٦ : م .

كررى السطور من ١ الى ٦ ٩ مرات (١٣٦ غرزة) .

استمرى على هذه الغرز الى ان يصبح مقاس الشغل ٢١ ١/٤ سنتى من أعلى الحاشية .

كسمى لحردتى باط الكم بأن تقفلى ١٠ غرز عند بداية السطرين التاليين (١١٦ غرزة)

استمرى على هذه الغرز الى أن يصبح مقاس الشغل ١٢ ١/٢ سنتى من بداية تكسيم حردتى الباط وانتهى فى اخر سطر م × ×

كسمى للرقبة كالاتى :

السطر التالى : ٤٣ ع – اشتغلى ع السطور الثلاثين التالية على حاملة غرز واتركيها اشتغلى ع للاخر .

استمرى على كل مجموعة من ٤٣ غرزة كالاتى :

نقصى غرزة عند حافة الرقبة على السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان تبقى ٣٠ غرزة .

استمرى على هذه ال ٣٠ غرزة الى ان يصبح مقاس الشغل ٢٠ ١/٢ سنتى من بداية تكسيم حردة الباط وانتهى عند الحافة الخارجية .

كسمى للكتف بأن تقفلى ١٠ غرز عند بداية السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان تقفل كل الغرز .

الظهر

اشتغلى كما اشتغلت للامام الى ان تصلى الى × ×

اشتغلى ١٢ سطرا

كسمى للرقبة وكملى ليكون الشغل مماثلا للامام ولا تنسى ان تنقيص الرقبة سيتم شغله على كل سطر بدلا من سطر بعد سطر .

الكمان

بغرزة غير مرئية أوصلى الكتفين عند الظهر والامام

ثم استعملى الابرتين نمرة ١١ واللون الفاتح وبوش الشغل القطى ١٥٢ غرزة على طول حافة حردة الباط .

استمرى كالاتى :

السطر ١ : م .

السطر ٢ : ٢ ع معا – ع لاخر غرزتين – ٢ ع معا .

السطر ٣ : م .

السطر ٤ : ع .

السطر ٥ : م

السطر ٦ : ٢ ع معا – ع لاخر غرزتين – ٢ ع معا

السطر ٧ : م .

السطر ٨ : ع .

السطر ٩ : م .

السطر ١٠ : ٢ ع معا – ع لاخر غرزتين – ٢ ع معا .

السطر ١١ : م .

السطر ١٢ : ع .

اقطعى اللون الفاح .

انتقلى الى الابرتين نمرة ١٣ وأوصلى اللون الغامق واشتغلى سطر م .

اشتغلى ٩ سطور ١ ع – ١ م مضلع .

اقفلى بشغل مضلع .

وصلة الكول

استعملى الابرة الاولى من المجموعة نمرة ١١ واللون الفاتح . وبوش الشغل ابدئى عند تمام التنقيص عند الناحية اليسرى من الرقبة من على الظهر والقطى ٥٦ غرزة (بما فيها ١٥ غرزة من حامل الغرز) الى وسط الامام للرقبة ثم استعملى الابرة الثانية واشتغلى ال ١٥ غرزة الباقية من حامل الغرز – ثم القطى ٤١ غرزة من وسط امام الرقبة الى تمام التنقيص عند الناحية اليمنى من الرقبة – ثم استعملى الابرة التالية والقطى بها ٥٦ غرزة حول ظهر الرقبة بما فى ذلك الغرز من حامل الغرز (١٦٨ غرزة) .

استمرى فى الشغل دوائر كالاتى :

الدائرة الاولى : ٢ ع معا من خلف الغرزة – ١٤ ع – ٢ ع معا – ٧٦ ع – ٢ ع معا من خلف الغرزة – ١٤ ع – ٢ ع معا – ٥٦ ع .

الدائرة الثانية : ع .

الدائرة الثالثة : ٢ معا من خلف الغرزة – ١٢ ع – ٢ ع معا – ٧٦ ع – ٢ ع معا من خلف الغرزة – ١٢ ع – ٢ ع معا – ٥٦ ع .

الدائرة الرابعة : ع .

استمرى فى شغل الدوائر على هذا النمط مع ملاحظة انه سيكون لديك غرزتان أقل بين مجموعات التخفيضات على كل دائرة تخفيض الى ان تبقى ١٥٢ غرزة .

اشتغلى الى مجموعة الابر نمرة ١٣ واستمرى فى شغل الدوائر كالسابق الى ان تبقى ١٣٦ غرزة .

الدائرة التالية : ٨ ع – (٢ ع معا – ٦ ع) ١٦ مرة (١٢٠ غرزة) .

اقطعى اللون الفاتح .

اوصلى اللون الغامق واشتغلى دائرة ع .

اشتغلى ٩ دوائر ١ ع – ١ م مضلع .

اقفلى المضلع .

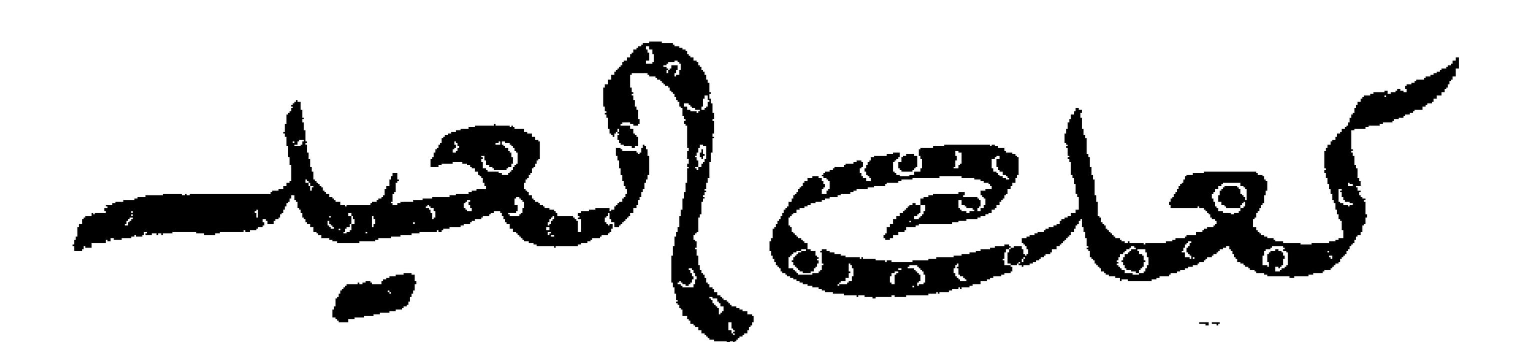
(البقية على ص ٨٣)


بروكلاكس
بروكلاكس
BROOKLAX
CHOCOLATE LAXATIVE
الشيكولاته الملينة ذات الشهرة العالمية

المطبخ والمائدة

كيف تصنعين كعك العيد والغريبة والبسكوتات

بمناسبة قدوم عيد الفطر المبارك بعد أيام يسر بنت النيل أن تقدم أحدث الطرق لعمل (كعك العيد) والغريبة والبسكوتات فاتبعيها بدقة ، وكل عام وانتم بخير •



مقادير الكعك :

أقة دقيق بلدى جيد ـ ذرة ملح ـ رطل وربع سمن بلدى سايح ـ سمسم ورائحة كعك ـ ٥ مليم خميرة بيرة

مقادير العجمية :

ربع رطل سمن ـ ملعقة شوربة كبيرة ملآنة دقيق ـ رطل عسل أبيض ـ ملعقة كبيرة سمسم ـ ملعقة صغيرة رائحة كعك مدقوقة ـ قليل من القرفة •

الطريقة :

دقى رائحة الكعك وانخليها من منخل حرير قبل البدء فى عمل الكعك وكذلك نظفى السمسم •

٢ ـ اعملى العجمية قبل البدء فى عمل الكعك بمدة ١٢ ساعة على الاقل حتى تبرد وتعمل كالاتى :

أولا ـ طريقة عمل العجمية :

١ ـ حلى السمن ثم أضيفى اليه الدقيق ويقلب على نار هادئة حتى يصفر لونه وقرب التحمير أضيفى له رائحة الكعك والسمسم •

٢ ـ يرفع من على النار وأضيفى له العسل مع التقليب المستمر ، ثم ترفع على النار الهادئة وقلبيها باستمرار حتى يغلظ قوامها وتصير فى سمك المهلبية وباختبار نقطة منها على طبق مسطح وتبريدها تلاحظى تحولها الى كرة لينة مثل الملبن فترفع فورا من على النار حتى لا تتجمد العجمية ثم اتركيها تبرد لحين الاستعمال •

ثانيا ـ طريقة عمل الكعك :

١ ـ انخلى الدقيق فى طشت واسع نظيف واعملى به حفرة وضعى فيها السمسم ورشى رائحة الكعك على الدقيق حول الحفرة •

٢ ـ اقدحى السمن جيدا وصبيه تدريجيا فى الحفرة وسط الدقيق مع التقليب بالكبشة أو المقصوصة •

٣ ـ عندما يبرد قليلا لدرجة محتملة ادعكى السمن بالدقيق دعكا جيدا على راحتى يدك وهذه العملية تعرف بعملية بس الكعك حتى يتشرب الدقيق جميع السمن ثم يغطى ويترك لمدة ساعات •

٤ ـ ضعى خميرة البيرة مع ملعقة صغيرة سكر فى فنجان وادعكيها حتى تسيل ثم أضيفى لها قليل من الماء الدافىء وتصب فوق الدقيق المبسوس بالسمن ، وابدئى بعجن الكعك بماء دافىء مع الدعك الجيد والاقلال من الماء بقدر المستطاع حتى تحصلى على عجينة يابسة سهلة التشكيل الى حد ما واحذرى الاكثار من الماء حتى لا يضيع طعم السمن •

٥ ـ يغطى ويترك للخمر قليلا

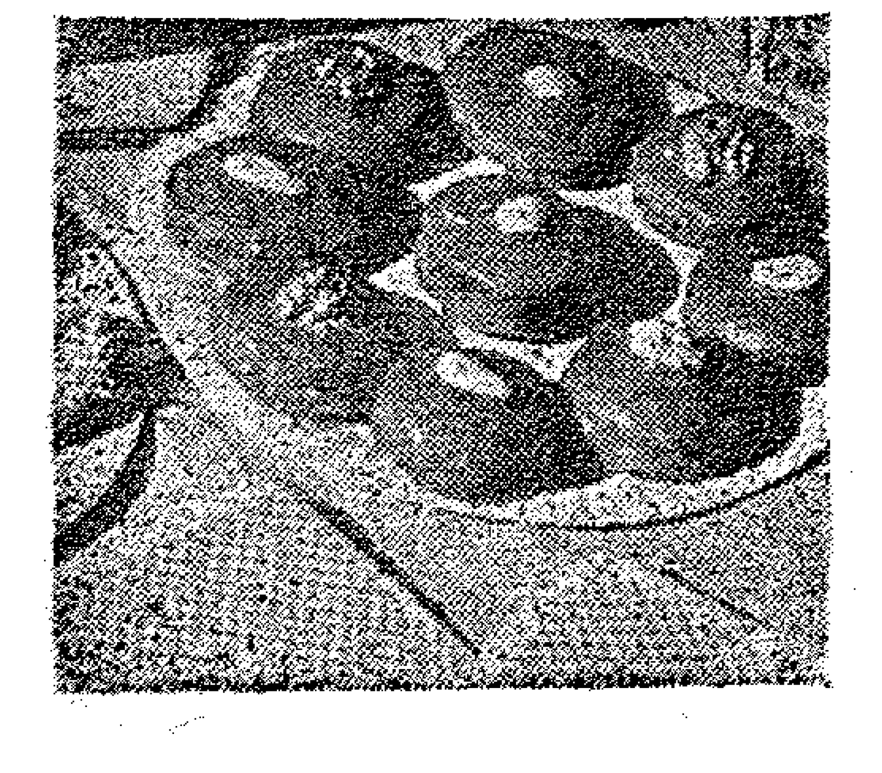
٦ ـ يشكل على هيئة كور متوسطة أو صغيرة حسب الرغبة وتحشى كل واحدة بقطعة من العجمية فى حجم البندقة وتكور العجينة ثم تبط فى القالب المزركش أو تبط باليد وتنقش بالمنقاش •

٧ ـ يرص فى الصاج ويغطى ويترك ليخمر ثم يخبز فى فرن متوسط الحرارة •

٨ ـ عندما يبرد تماما يرش بسكر البودرة ويحفظ فى العلب لحين الطلب

٩ ـ عند التقديم يرص فوق طبق مسطح مفروش بورق دانتيل ويقدم •

طريقة عمل الغريبة



المقادير :

أقة دقيق ـ ربع أقة سكر بودرة ناعم جدا ـ نصف أقة سمن بلدى جامد ـ فانيليا ماء ورد ـ لوز للزخرفة

الطريقة :

١ ـ انخلى السكر نخلا جيدا من منخل حرير ثم يوزن لان السكر الخشن نوعا يفسد النتيجة

٢ ـ اخلطى السمن مع السكر فى وعاء فخار أو صاج وامزجيهما جيدا باليد ولا داعى مطلقا لضربهما ثم أضيفى الفانيليا أو ماء الورد وهنا أنبهك الى عدم استعمال أى آنية

نحاسية مهما كانت مبيضة فى عمل الغريبة لانها قد تؤدى الى تغيير اللون وعدم نصاعة بياضها

٣ ــ أضيفى الدقيق المنخول جزء بجزء الى مزيج الزبدة والسكر مع العجن باليد حتى تحصلى على عجينة سهلة التشكيل ٠

٤ ــ شكليها على شكل كور صغيرة ورصيها رصا متباعدا على صاج وزخرفى سطح كل بنصف لوزة أو حبة قرنفلة ٠

٥ ــ تخبز فى فرن هادىء حتى يصفر لونها وتنضج ٠

٦ ــ تترك حتى تبرد ثم احفظيها فى علب صفيح نظيفة محكمة الغطاء لحين الاستعمال ٠

بسكوت جوز الهند

المقادير :

٢٤ ملعقة كبيرة دقيق ــ ٢٤ ملعقة كبيرة جوز هند مبشور (من الناعم) ــ فانيليا ــ مقدار من ١ لبيض يكفى للعجن ــ ١٢ ملعقة كبيرة سكر بودرة ــ ١٢ ملعقة كبيرة سمن بلدى متجمد ــ ملعقتان شاى ملآنة خميرة بيكنج بودر ٠

الطريقة :

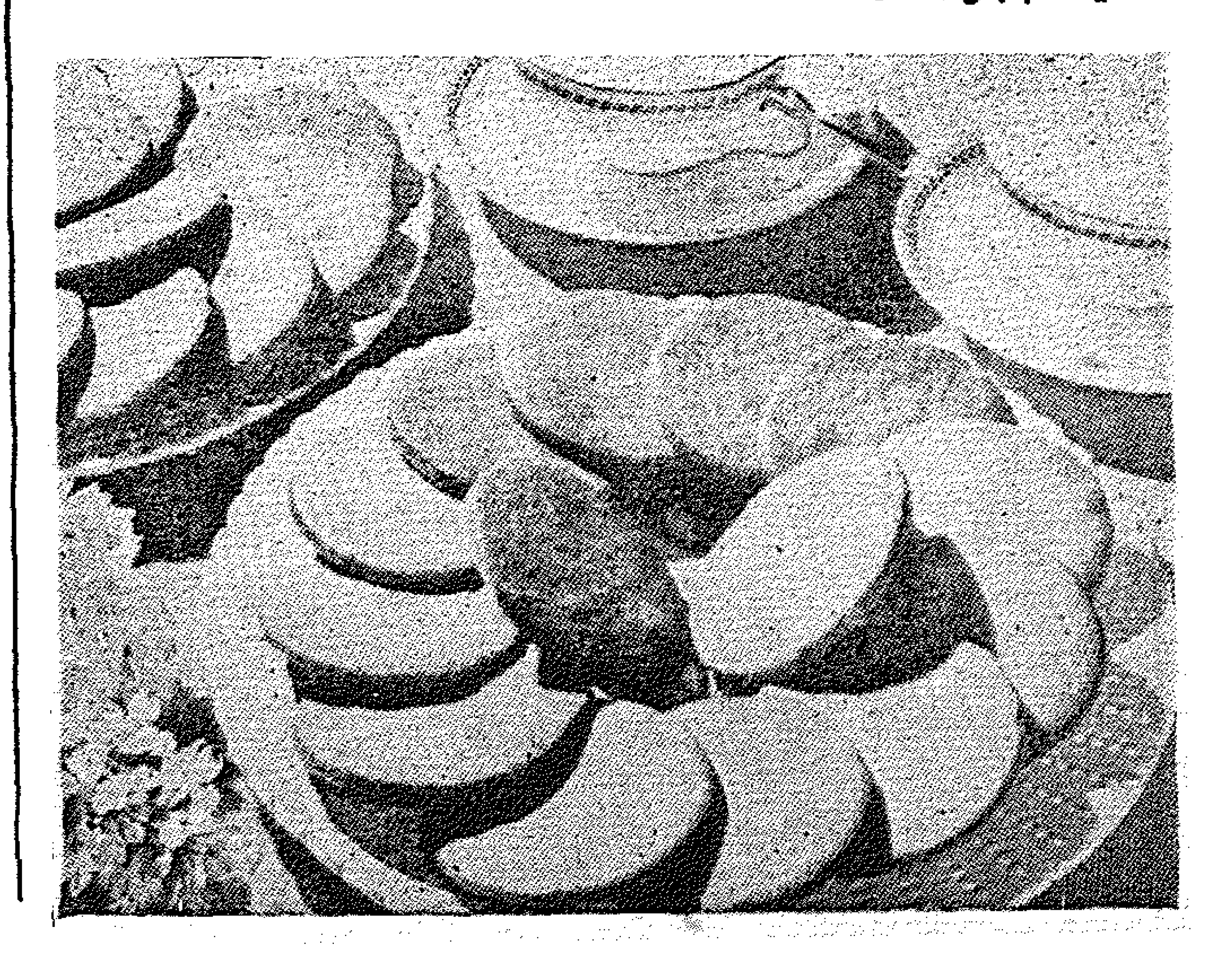
١ ــ انخلى الدقيق وضعيه فى سلطانية كبيرة وأضيفى اليه السمن المتجمد ثم امزجى السمن مع الدقيق مع فركه فركا خفيفا بأطراف الاصابع حتى يختفى السمن فى الدقيق ويصبح مثل فتات الخبز ٠

٢ ــ أضيفى جوز الهند واحتفظى بكمية قليلة منه لرشها على وجه البسكوت ثم أضيفى سكر البودرة والخميرة وقلبى الجميع ليمتزج ٠

٣ ــ يعجن بما يكفى من البيض المربوب المضاف له الفانيليا حتى تحصلى على عجينة يابسة ملساء سهلة الفرد ٠

٤ ــ تقلب العجينة على لوح مرشوش بالدقيق وتفرد بالنشابة الى سمك سنتيمتر واحد تقريبا ثم قطعيها بقواطع متوسطة الحجم مشرشرة أو بالسكين على شكل أصابع أو على حسب رغبتك ٠

٥ ــ يرص البسكوت فوق صاج مدهون بالسمن ثم ادهنى وجه كل واحدة بقليل من بياض البيض ويرش رشا خفيفا بجوز الهند ٠



٦ – يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج ·
٧ – عندما يبرد تماما يعبأ في برطمانات زجاج محكمة ·
٨ – عند التقديم يرص فوق طبق مسطح مفروش بورق دانتيل ويقدم ·

البيتفور

المقادير :

٤ أوقيات دقيق – ٣ أوقيات زبدة خالية من الملح – قليل من نقط الفانيليا – ١ر٥ أوقية سكر بودرة – ربع ملعقة صغيرة خميرة بيكنج بودر – بيضة متوسطة

الطريقة :

١ – اضربى الزبدة مع السكر ضربا جيدا حتى يصير مثل القشدة

٢ – انخلى الدقيق والخميرة ثم أضيفيه الى خليط الزبدة ويعجن مع اضافة كمية من البيضة المربوبة تكفى للحصول على عجينة يسهل تشكيلها ثم أضيفى الفانيليا ·

٣ – ضعى العجينة فى كيس الحلوى المركب عليه بلبلة بشكل الوردة وتنزل منه على شكل وردات صغيرة على صاج مدهون دهنا خفيفا بالسمن ·

٤ – زخرفى سطح كل واحدة بقطعة صغيرة من الكريز المسكر · تخبز فى فرن هادىء جدا حتى ينضج واحذرى الفرن الحار ·

٥ – عندما يبرد الصفى كل اثنين مع بعضها فى وسطهما قليل من المربى أو تترك وحدات كما هى ·

٦ – عند التقديم رصى البيتفور على طبق صينى أو بللورى مفروش بالورق الدانتيل ويقدم ·

ملاحظة :

١ – احذرى استعمال السمن البلدى فى عمل هذا الصنف لانه يسبب اتلافه ·

٢ – اذا أردت عمل بيتفور بالشيكولاتة استعملى المقادير السابقة فقط ، استبدلى ملعقة دقيق بملعقة من الكاكاو أو مسحوق الشيكولاتة للتلوين ·

شكلمة جوز الهند بالبطاطس

قد يبدو لك غريبا وجود البطاطس فى هذا الصنف ولكن هذا النوع من الشكلمة لذيذ الطعم اقتصادى جدا ويمكن حفظها فى برطمانات زجاجية أو علب صفيح محكمة الغطاء لمدة طويلة ·

المقادير :

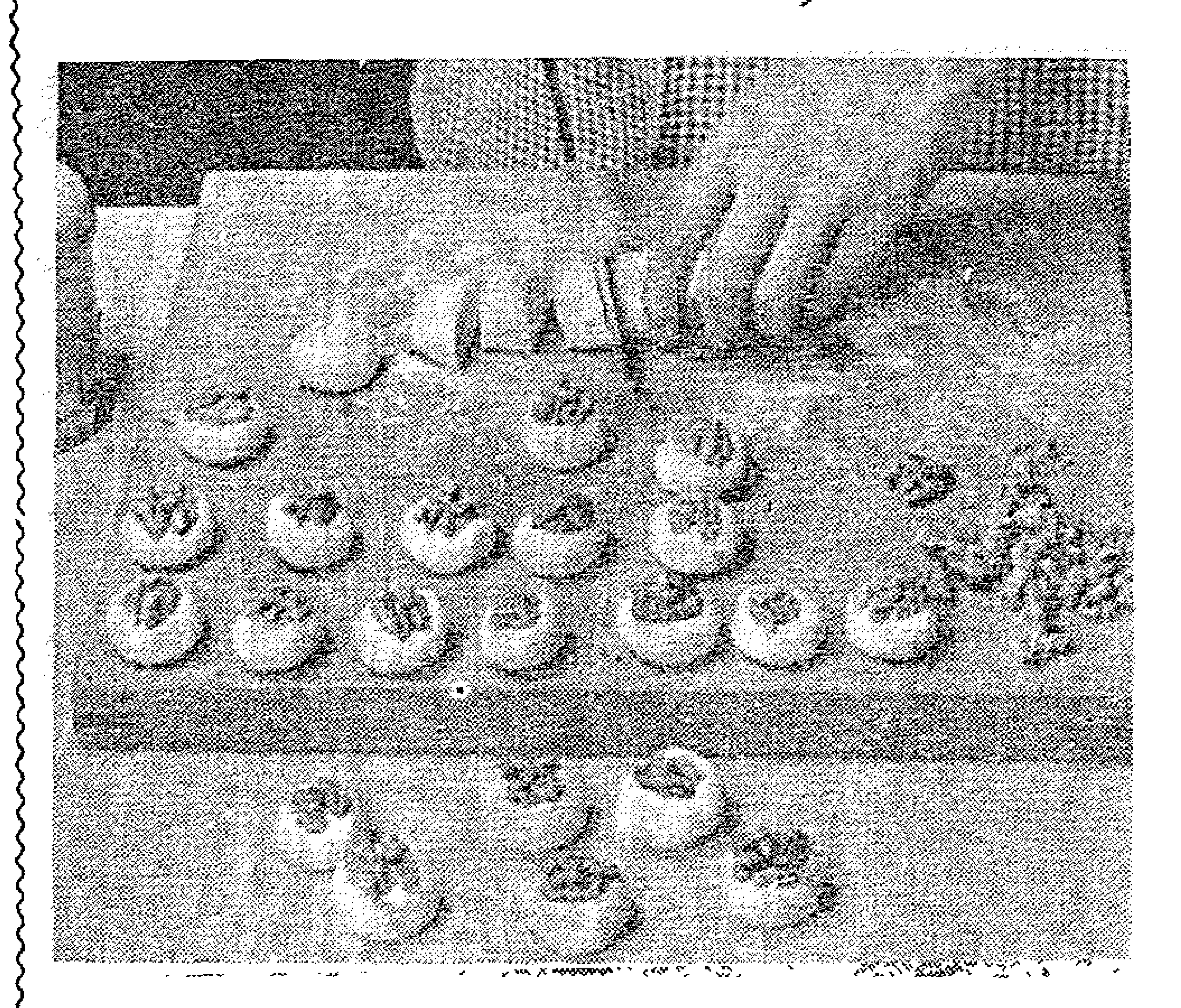
خذى مقادير متساوية من سكر البودرة وبطاطس مسلوق ومهروس ، ومبشور جوز الهند الجاهز ولاحظى أن يكون من النوع الناعم نوعا ، قليل من الفانيليا أو ماء الورد ·

الطريقة :

١ – اسلقى البطاطس كالمعتاد ثم قشريه واهرسيه فى المصفاة لتحصلى على بطاطس مهروسة خالية من أى كلاكيع ·

٢ – أضيفى السكر الى البطاطس المهروسة واضربيهما جيدا جدا حتى يصيرا كالقشدة ثم أضيفى جوز الهند بالتدريج حتى تتكون عندك عجينة متماسكة يسهل تشكيلها وأخيرا أضيفى قليل من الفانيليا أو نقط ماء الورد

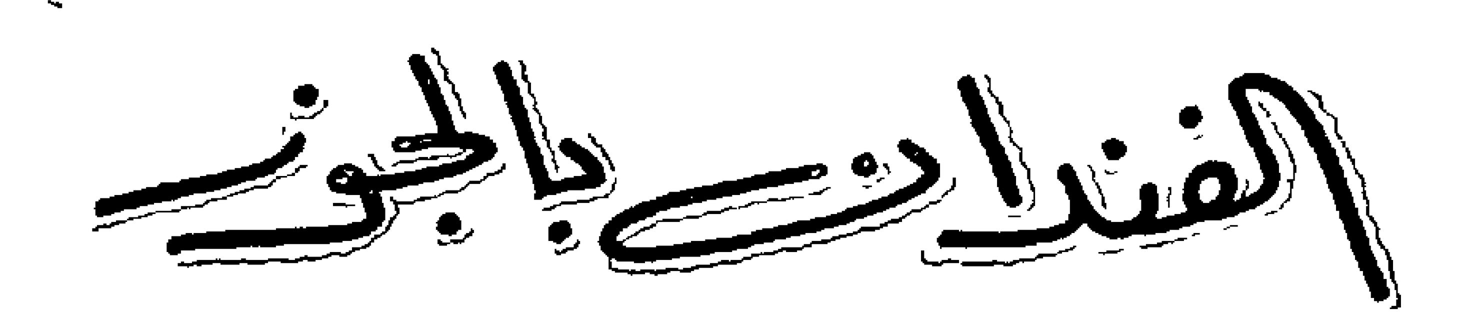
٣ ـ شكليها على هيئة كور فى حجم الجـــوز أو أكبر حسب رغبتك وترص على صاج مدهون بالسمن السـائح ومرشوش رشا خفيفا بالدقيق ثم تبط قليلا من أعلى ٠



٤ ـ تخبز فى فرن هادىء حتى تنضج ويصفر لونها ٠

٥ ـ بعد ما تبرد تعبأ فى برطمانات أو علب صفيح محكمة الغطاء لحين الاستعمال

٦ ـ عند التقديم ترص وحدات الشكلمة على طبق مسطح مفروش بورقة دانتيل وتقدم ٠



المقـــادير :

زلال بيضة ـ ملعقتان شـاى ماء بارد ـ قليل من نقط الفانيليا ـ رطل من سكر الحلوى (وهو عبارة عن سـكر بودرة ناعم نقى جدا ويباع فى أكياس عند محال البقـالة الكبيرة ـ كمية من أنصاف عين الجمل (الجوز)

الطريقـــة :

١ ـ ضعى زلال البيض فى سلطانية ومعه الماء البـارد والفانيليا واضربى الجميع جيدا بملعقة خشب حتى يمتزج الجميع تماما ، ثم امزجى عليه سكر الحلوى بعد نخلـه وقلبيه جيدا مع الدعك حتى تتكون عندك عجينة متماسكة يسهل عجنها ٠

٢ ـ ضعى العجينة فوق لوح مرشـــوش بالسكر ثم شكليها بسرعة على شكل كور صغيرة وبطى السطح قليلا واغرسى فيها نصف عين الجمل كما هو موضح بالرسم ٠

٣ ـ ضعى وحدات الفندان فوق منخل سلك فى مكان جاف وتترك حتى يجف ويجمد ثم رصيه رصا منتظما جميلا فى علب الحلوى وقدمى منه لزائريك فى العيد ٠

طعامك في مايو



الثلاثاء أول مايو

فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضـار ، فاكهة



الاربعاء ٢ مايو

مسقعة باذنجان ، أرزمفلفل، سلطة خضار ، فاكهة



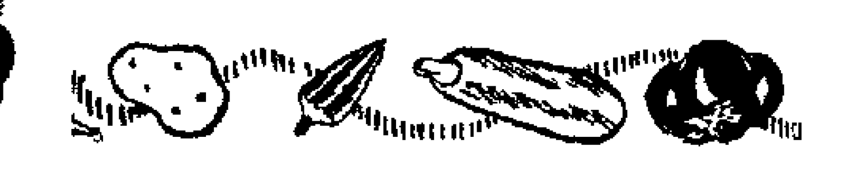
الخميس ٣ مايو

لحم مشوى صينية كوسـة، بالعصاج والبشـاميل ، مكرونة بالطماطم ، سلطـة خس ، فاكهة



الجمعة ٤ مايو

كفتة اللحم، محاشى متنوعة، سلطة زبادى ، بطـاطس مكمورة ، فاكهة



السبت ٥ مايو

أرانب محمرة ، ملوخيـــة خضراء ، أرز مفلفل ، دمعة ، مخلل ، فاكهة



الاحد ٦ مايو

لوبيا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خس ، فاكهة



الاثنين ٧ مايو

ترلى ، صـــينية مكرونة بالبشاميل ، سلطة خضار، فاكهة

الثلاثاء ٨ مايو

كفتة اللحـــم ، محشى ورق العنب ، سلطة زبادى ، دقية بامية ، فاكهة



الاربعاء ٩ مايو

صينية باذنجان بالبشاميل، مكرونة بصلصة طمـاطم ، سلطة خضار ، فاكهة



الخميس ١٠ مايو

مخ مقلى بالبيض والبقسماط ـ كوسة مكمورة ، أرزمفلفل ـ سلطة خضار ، فاكهة



أول يوم العيد
الجمعة ١١ مايو

بازلا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة طحينـــة ، فاكهة



ثانى يوم العيد
السبت ١٢ مايو

صينية الارزباللحم، بطاطس مكمورة ، سلطة خضـار ، فاكهة



الاحد ١٣ مايو

باميا ويكه ، أرز مفلفـل ، سلطة خس ، فاكهـة



الاثنين ١٤ مايو

فاصوليا جافة مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضـار ، فاكهة



الثلاثاء ١٥ مايو

فراخ محمرة ، ملوخيـــة ، أو كشك ، أرز مفلفـل ، دمعة ، فاكهـة

طريقة تحضير طبق الفاصوليا باللحم ((جونج))

ـ هل شاهدت طبق الفاصوليا بللحم المنشور على غلاف هذا العدد ؟
ـ هل لك رغبة فى تجهيز مثل هذا الطبق بنفسك ؟
ـ ٠٠ انك تستطيعين تجهيزه بمنتهى السهولة والسرعة ٠

وفيما يلى الطريقة التى تتبعينها لتجهيز طبق لفاصوليا باللحم ٠

١) حضرى الفاصوليا كالعادة مع استعمال الطماطم أو الصلصة ٠

٢) قبل نضج الفاصوليا تماما أضيفى اللحم الموجود فى علبة **جونج** عليها واتركيها على النار لمدة دقيقة واحدة ثم ارفعيها من على النار ٠

٣) بذلك يصبح لديك طبق لذيذ شهى من الفاصوليا باللحم جاهز للاكل ٠

٤) ان علبة لحم **جونج** تكفى اذا أضيفت على نصف كيلو من الفاصوليا لغذاء أربع أفراد ٠

علبة لحم **جونج** رخيصة الثمن فيها كل مميزات اللحم الطازج ، علاوة على أنه مطبوخ وما عليك الا تسخينه فقط ٠

جربى استعمال لحم **جونج** مع جميع أنواع الخضروات والارز والمكرونة ٠

بنت النيل فى شئون منزلك

تنظيف النجف الكريستال

س ـ عندى نجفة كريستال قذرة أرجو ارشادى عن طريقة تنظيفها والعناية بها ؟

ج ـ هذا النوع من النجف قد يصعب تنظيفه ولكى تحافظى عليه يجب أن يزال عنه الغبار يوميا بتنفيضه بالمنفضة الريش أو بمسحها بقطعة قماش لينة لكى تحافظى دائما على رونقها ٠

أما اذا كانت النجفة شديدة القذارة فهذا يتطلب منك العناية الشديدة فى تنظيفها وذلك بأن تنظفى قطعة قطعة بمسحها جيدا بقطعة قماش مبللة بماء دافىء به مذوب صابون ثم اشطفيها بفوطة أخرى مغموسة فى ماء دافىء ثم فى ماء بارد مضاف اليه قليل من الاسبرتو لاعادة اللمعة البراقة للكريستال ثم تجفف بقطعة قماش نظيفة ناعمة ثم تلمع بقطعة من ورق الجرائد كما فى المرايا وكررى هذه العملية فى تنظيف كل قطعة من قطع الكريستال الموجودة بالنجفة ٠ واحذرك من عدم ترك أى آثار للماء على النجفة حتى لا يصدأ الحديد أو النحاس المعلق به الكريستال ٠

العناية بالثلاجات الكهربائية

١ ـ أوقفى الموتور عن العمل لمدة يوم فى كل اسبوع واتبعى الارشادات المعطاة لك من الاجنس الذى اشتريت منه الثلاجة فى هذه الناحية ٠ وعند تنظيفها ازيلى منها الاطعمة الموجودة بها ثم امسحى أجزاءها الداخلية والارفف بمحرول مخفف من الماء الدافىء وبيكربونات الصودا ثم تجفف جيدا ولا تستعملى الصودا مطلقا فى تنظيف أجزائها المعدنية ولا تستعملى الصابون وأى بقعة تحدث من انسكاب أى طعام داخل الثلاجة أو خارجها يجب الاسراع فى غسلها مباشرة ٠

طرق غسل بعض الاقمشة الحديثة

١ ـ النايلون :ـ

اغسليه بماء دافىء ومذوب صابون بطريق رجه فى الماء رجا سريعا قويا لازالة الاوساخ ، ثم اشطفيه بماء دافىء ويعصر بالضغط ، ينشر فى مكان متجدد الهواء بعيد عن أى حرارة سواء حرارة الشمس أو حرارة النار لان الحرارة تتلف النايلون ، لا داعى لكيه ولكن ان كانت هناك ضرورة لكيه فيضغط على الاجزاء المراد كيها بمكواة دافئة قليلا ٠

٢ ـ الاقمشة القطنية اللامعة الثابتة اللون :

تغسل فى ماء دافىء ومذوب صابون ثم تعصر بخفة وتشطف مرتين فى ماء دافىء ويمكن تنشيفها بنسبة خفيفة اذا رغب للاحتفاظ بصلابتها ، بنسبة مقدار من النشا المطبوخ الى خمس أجزاء من الماء ثم تعصر وتنشر وتكوى على الظهر وهى مناداة وفى النهاية يكوى كيا سطحيا على الوجه لاعادة اللمعة الخفيفة اليه اذا رغبت ذلك ٠

٣ ـ اغسليها فى ماء دافىء ومذوب صابون بالضغط الخفيف ثم تعصر كذلك بواسطة الضغط حتى لا تتمزق ثم اشطفيها بماء دافىء ثم بارد ، وتعصر وتنشر وتكوى مناداة بمكواة ساخنة وتكوى على الوجه فيما عدا الروكامو القاتمة اللون فتكوى على ظهرها ٠

... والفن الشعبى الروسى

ان الاتحاد السوفييتى غنى بالرقصات والايقاعات الوطنية والقومية القديمة التى احتفظت بشعبيتها وانتشارها مما أدى الى تعدد المجاميع الراقصة فى أنحاء جمهوريات الاتحاد السوفييتى .. وجعل الناس يقدرون اتقان فن الراقصين المنفردين .. وجمال الانسجام فى المجموعة ...

جائزة ستالين

شهد المجتمع فى دار الاوبرا المصرية لاول مرة فرقة روسية عالمية للرقص الشعبى مكونة من خمس وخمسين راقصة هى فرقة « بريوزبكا » تحت اشراف مدام « ناديجدا » الحائزة على جائزة ستالين سنة ١٩٥٠ ومدام ناديجدا كانت « الباليرينا » الاولى بمسرح بولشوى بموسكو .. وتعتبر الان استاذة فى فن الرقصات الشعبية الروسية ..

وفرقة بيريوركا من أشهر المجاميع الراقصة فى الاتحاد السوفيتى وتمتاز بأن جميع أفرادها من الراقصات الماهرات .

ويرجع تاريخ هذه الفرقة الى عام ١٩٤٨ حين تكونت تحت اشراف مدام ناديجدا والتى تعتبر فى الاتحاد السوفيتى مرجعا فى الرقصات الشعبية المختلفة ورفع دراستها سنين طويلة ونشرها بين الشباب ، كما وان احساسها ووعيها الفنى يسمحان لها بتنويع وتجميل الرقصات الشعبية المختلفة ورفع مستوى الاداء الى أعلى درجات الكمال الفنى . هذا مع احتفاظها بالحركات الاساسية المميزة لتلك الرقصات حتى تبقى كما يؤديها الشعب الروسي تماما .

اثنين .. اثنين .. أضواء جديدة ..

رقصة شعبية .. تشكيلية ..

وعلى الرغم من أن هذه الفرقة حديثة التكوين نسبيا فقد جابت كثيرا من بلدان العالم ونشرت فنها الرفيع فى المجر ورومانيا وتشيكوسلوفاكيا والنمسا وبولندا وفينلندا والسويد والنرويج والمانيا الديمقراطية وهولندا وسويسرا وبريطانيا وبلجيكا وبلغاريا ويوغوسلافيا والصين واخيرا مصر.

البالالايكا

وراقصات هذه الفرقة يتحركن على المسرح بخطوات رشيقة وبخفة فائقة وكأنهن يسبحن معا فى انسجام تام وكأنهن ينسجن معا بخيوط زاهية بديعة الالوان لوحات فنية يصورن فيها الشاعرية والخيال والجمال .

ويصاحب الراقصات أربعة من أمهر العازفين على الة الاكوردبون « بايان » ومعهم أيضا عازف البالالايكا « الة تشبه الماندولينا » النابغة فلاديميروف الذى يؤدى بمصاحبتهم الالحان الروسية الشعبية والكلاسيكية الجميلة .

ان الرقصات التى قدمتها هذه الفرقة كلها مستوحاة من الفن الشعبى الروسى القديم والحديث.. ولكن ليست كل الرقصات مأخوذة كما هى .. وانما ادخل عليها بعض التعديلات بحيث جعلت منها فنا روسيا أصيلا .

ولكن كثيرا من الرقصات الشعبية التى شاهدناها نجد فيها نوعا من التكرار .. انما لا شك ان التشكيلات والتكوينات البديعة والحركات الانسيابية الرقيقة التى رأيناها من مجموعة الراقصات كانت من الروعة والجمال بحيث خيل الينا أن قوة هذه المجموعة كأنها راقصة «منفردة» مما انتزعت حماس جمهور المشاهدين واعجابهم الشديد

فرق مصرية .. شعبية

وطالما تمنينا ونحن نشهد موسم الفرق الشعبية هذا العام أن نأخذ مكاننا فى ميدان هذا الفن الرفيع الى جانب الدول التى أحرزت شهرة عالمية فيه .. وان تظهر الخامات الفنية الطيبة فى مصر فنفاخر برقصاتنا الوطنية الشعبية التى تمثل الاقاليم المختلفة بطابعها المحلى . وان يظهر بيننا راقصات شعبيات مصريات .. فنحن لا نقل استعدادا عن غيرنا.

ونرجو الا يمضى وقت طويل حتى يكون لنا فرق شعبية تقدم روائع الفن المصرى العتيد ..

القناع الاحمر



رقصة فكاهية .. بمصاحبة عازف البلالايكا



مدام نازديجدا
مديرة الفرقة



المسرح لن يموت

من كل بلاد العالم تصل الى مصر فرق مسرحية ممتازة تترك فى نفوسنا أثرا .. ولكن الأثر الذى تركته الفرقة الايرلندية بقيادة الفنان الكبير هيلتون ادواردز .. لن يمحى .. القناع الاحمر

هل تحبون ان احدثكم عن الفرقة الارلندية ذاتها ؟ وعن امكانياتها أو عن ادائها أو عن المسرحيات العالمية التى قدمتها . ؟

هل احدثكم عن التصفيق الذى كان يهز جدران دار الاوبرا المصرية فى تحية الفنانين الاصلاء . ؟ وكيف كان الاداء الفنى البسيط الطبيعى الرائع « يسرح » بالمشاهدين حتى ليظنوا أنهم يعيشون فى حقيقة . ؟

لن أحدثكم عن شىء من هذا كله فى هذه المرة لاننى أريد ان احدثكم عن جانب من فلسفة الفنان هيلتون ادواردز الذى كان من حظ فرقة ايرلندا أن يقودها مثله بنجاح كبير .

لقد كنت أمام الرجل الفيلسوف أشعر بقيمته وبقدره وبالحكمة المتدفقة من كلماته يجريها فى سهولة وفى يسر .. تماما كالسهولة واليسر اللذين يجرى بهما الفنانون عندنا حساب الارباح والخسائر . !

انه يؤمن ايمانا عميقا بفائدة التبادل الفنى ، بمعنى أن نزور نحن ايرلندا بفرقنا الفنية مثلما تزورنا فرقهم . وان يتزاور العالم كله بفرقه الفنية التى تنتقل معها الفلسفات والحضارات الى غيرها . حين تأخذ من غيرها أيضا الوانا من الفلسفة والحضارة .. قال انه ينتظر قريبا ان يرى الفنان المصرى يمثل على المسرح فى ايرلندا .. ولست ادرى كم من الفنانين المصريين قد سمع هذه الدعوة من هيلتون . !

ويوضح هيلتون الدور الذى تنهض به فرقة وطنية فى المسرح القومى ، فيقول ان هذا الدور يمكن أن يوجه فى نقل مسرحيات الفكر العالمى كله الى بلادك ولكن بعد اقلمتها بعقليتك المحلية، لتكون سهلة الهضم فى بلادك ..

وهذا هو الدور الذى تقوم به فرقة دبلنجيت الايرلندية الصميمة التى تعتز فى كل أعمالها بقوميتها الخالصة ، والتى تؤمن فى قرارة الضمير بأن واجبها القومى فى هذا العمل ليس أقل شأنا من واجب الجنود المحاربين .. والعباقرة .. !

وقد أكد هيلتون ان السينما لن تستطيع ان تقتل المسرح لاختلاف حقول وامكانيات كل منهما .. ولكن فى فلسفته البسيطة اللامعة قال : ولكن على المسرح أن يعرف فى الوقت ذاته كيف يعيش بأن يشعر الجماهير بأنه لا يخدعهم بحيل عتيقة أو حديثة تضيع بين همسات الجمهور فى جلها روعة الدراما العنيفة التى أفنى عبقرى حياته فى كتابتها وأفنت أجيال من الفنانين أعمارها فى تقديمها !

وسمعت الفنان هيلتون وهو يؤكد لى أن الفنان المصرى فنان أصيل .. لو انه عرف طريقه الصحيح الى حل مشكلات المسرح المصرى .

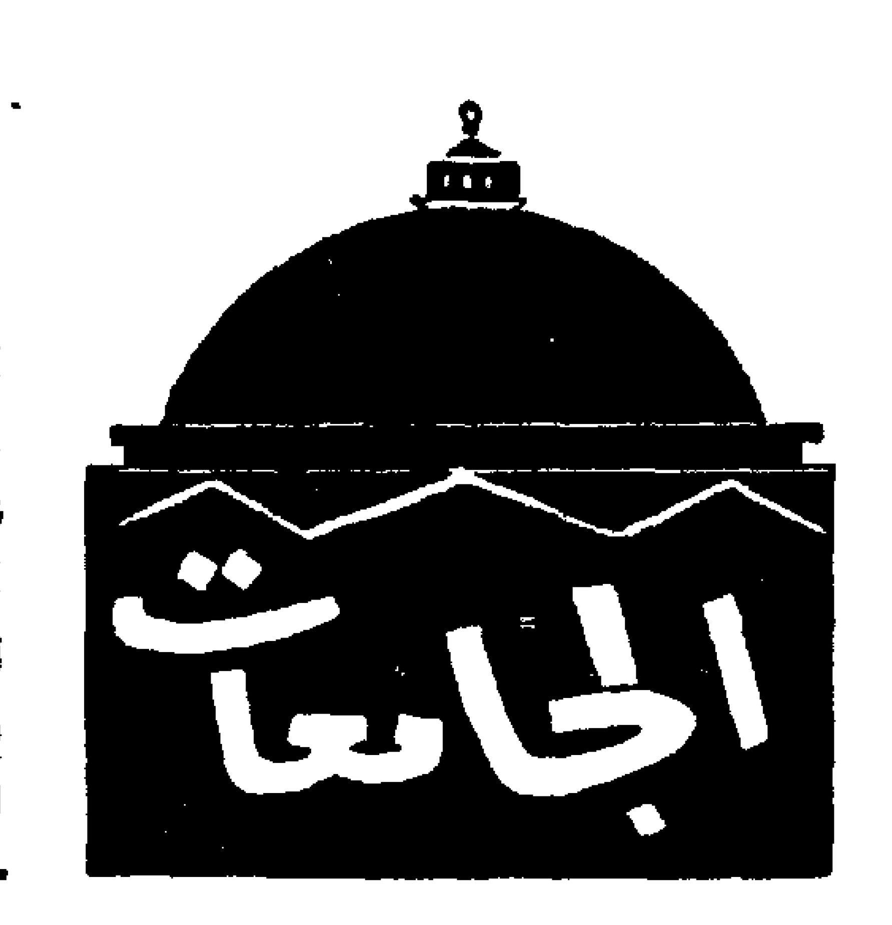
وأضاف قائلا : انكم لا ينقصكم الممثل العظيم ، ولا ينقصكم كاتب القصة المسرحية الناجح ..

والان ... ترى ما الذى ينقصنا فعلا .. ؟ !



لانا تيرنر

الفن الاصيل .. الذى ينتزع اعجاب الجماهير ..



نحو جامعة افضل

اقبل الصيف .. وخلعت الطالبات بالجامعات ملابس الشتاء .. ولبسن الجابونيز والبلوزات النايلون التى تكشف عن معظم أجسامهن .. وكما فعلت الطالبات فعل بعض الطلبة أيضا فخلعوا الجاكت ولبسوا القمصان المشجرة والنايلون .. اننا نريد فى الجامعة شبابا بكل ما فى هذه الكلمة من معان .. شبابا محتشما. متزنا لا شبابا خليعا ناعما .. وليس معنى ذلك أن تخرج الفتاة عن أنوثتها وتتشبه بالرجال .. لا .. اننى لم أقصد ذلك أبدا فمن حق كل فتاة أن تبرز أنوثتها ولكن بالطريق المعقول المعتاد وليس بالطريق الذى يقصد به اثارة الغرائز .. وخصوصا وأنها تجلس بجوار زملائها من الشبان جنبا الى جنب فى مدرجات العلم .

سمير عبد القادر

اسرار الجامعات

◆ كونت فى جامعة القاهرة لجنة من بعض طالبات الاداب والتجارة والحقوق لنشر الوعى الصحى بين المواطنين والمواطنات فى الاحياء الشعبية .. وقد تكونت هذه اللجنة بمناسبة الحملة التى قامت بها صحف « أخبار اليوم » لمكافحة الذباب ..

◆ هددت طالبة بكلية العلوم احدى زميلاتها بتحرير محضر لها فى البوليس .. لانها جلست على مرآتها الصغيرة فكسرتها وامتنعت عن شراء مراة أخرى لها ..

◆ شوهدت احدى طالبات جامعة القاهرة تقتحم باب الجامعة وهى تركب الفسبا .. وتعتبر أول جامعية استعملت الفيسبا فى الذهاب الى الجامعة ..

◆ تقوم الانسة « مى » الطالبة بقسم الصحافة بعمل بترونات للازياء وتهديها الى زميلاتها مجانا .

◆ قامت الانسة نوال بليغ الطالبة بقسم الصحافة بعمل موضوع صحفى كبير عن الدكتورة سعاد ماهر المدرسة بكلية الاداب قسم الاثار التى تقوم بتصوير « افلام ثقافية اسلامية » عن الاثار الاسلامية وسوف تعرض هذه الافلام قريبا بمصر والبلاد العربية والدول الاجنبية للدعاية للوحدة العربية .



لقد قرب الامتحان .. ولم يبق وقت للعب .. ان الاستذكار على سلالم الكلية أو على البوفيه أصبح من المناظر المألوفة فى الجامعة فى هذه الايام

اقدم لك ..

◆ الانسة سعدية سعد الدين
◆ مثقفة اجتماعية بكلية الحقوق بجامعة القاهرة .
◆ خريجة كلية الحقوق .
◆ أول مثقفة اجتماعية للطالبات بالحقوق .
◆ رزينة ومحبوبة من الجميع
◆ أمنيتها أن تنجح فى رسالتها

◆ أصدر الدكتور عز الدين فريد عميد كلية الاداب بجامعة القاهرة قرارا بمنع جلوس الطلبة والطالبات بجانب مكتبة الجامعة لاتاحة الهدوء التام للطلبة الذين بداخل المكتبة .

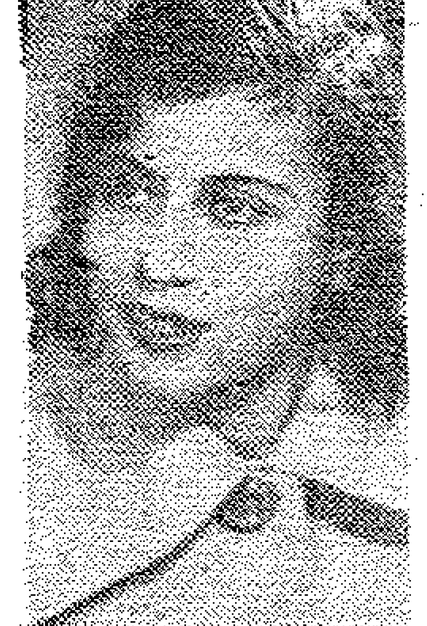
◆ افتتحت موسم الصيف بالاداب الانسة فؤادة محمد فارتدت فستانا صيفيا أبيضا من الحرير .!

◆ قررت جامعة القاهرة القيام برحلة فى الاجازة الصيفية الى « بكين » .. وقد قصرت الاشتراك على الطلبة فقط ..

◆ رفع أحد طلبة الحقوق شكوى الى عميد الكلية جاء فيها ان احدى الطالبات بالكلية ترتدى فستانا فاضحا مما لا يتفق مع كرامة الجامعة وطالب العميد باجراء تحقيق سريع معها أو منعها من دخول الكلية .

نحن نقترح

تظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد الينا .. وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام .. وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور أصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



الانسة هداية شفيق .. جامعة القاهرة :

اقترح تقديم موعد الامتحان عدة أيام أخرى حتى يتسنى للطلبة تعويض الوقت الذى ضاع قبل ظهور النتائج وحتى لا يصف الطلاب قرار الجامعة بتحديد موعد الامتحان فى مايو بالتعسف والظلم ! .



الانسة سعاد عبد العزيز .. جامعة القاهرة :

نقترح أن يعمم اليوم الرياضى فى كل الكليات .. حتى تزداد العلاقة بين الطلبة واساتذتهم وثوقا .. ففى هذا اليوم يشترك الاستاذ مع الطالب والطالبة جنبا الى جنب فى مختلف الالعاب الرياضية .

أسماء الفائزات بهدايا بنت النيل

فاز بهدايا بنت النيل هذا الشهر في مسابقة خميرة « بكن بودر » حضرات السيدات والانسات الاتية أسماؤهن :

فوقية علي هاشم سويلم بالسيدة زينب وماجده عبد الحافظ حسين من حدائق شبرا – روح الفؤاد مرسي بولاق – اعتدال مدني غمره – أليس ناشد مقار شبرا – فرنسيس مورو شارع رشدي مصر – حياة عيند مصر الجديدة – اعتماد حجاج روض الفرج – هدى فؤاد القاهرة – ماري عزيز اسكندر عباسية – فوزيه النواوي بالروضة – فايزه بشرى جرجس عباسية – ألفت حستن الزكي شارع سامي البارودي – ناهد ابراهيم كمبورس السويس – ناديه كمال مرعي بباب الخلق – حرم الحاج ماهر محمود أبو زيد شبرا – رجاء عبد اللطيف بالظاهر – ماري فاخوري وحرم عبد الحميدصادق الدرب الاحمر – سعاد حلمي الدقي – جورجيت واصف ميخائيل شارع سليم صعب – فاطمه محمود الشامي شبرا – مدام ليلى المصري مصر الجديدة – رجاء محمود خيال الزير المعلق بعابدين – حرم الدكتور جورج صليب القاهرة – ماتلده جندي بوران – دمينه سليمان ميخائيل شارع شعيد بشبرا – زينب متولي المنيل مصر – جوليا ميخائيل عبد الملك التوفيقية شبرا – فاخر ابراهيم زكي السيدة زينب – عزة الغراوي الدقي – ليلى محمد حسن القلعة – داود علم الدين الزيتون – ليلى توفيق جمعه زرع النوى – سميرة الطوانسي شبرا – سلوى شاكر شبرا – زينب احمد محمد رفعت سيدي بشر – زينب عبد اللطيف بدر شبين الكوم – رئيفة الدسوقي طنطا – حرم احمد الخضرجي دمياط – مدام محمود خليفة أبو قرقاص – أوديت طرزيان شارع دوبريه – حرم الاستاذ مأمون ابن الغنام – حرم البكباشي احمد شبكي ابن السعد مصر الجديدة – سميره سعيد الزينون – حرم السيد عبد الله ٢٠ شارع ادريس راغب – كلبر حداد منظرة اللؤلؤة – سكينه سليمسركيس شارع النحاس مصر – تيودورا خباز مصر – احسان خليل أسيوط – ملك الشتشتاوي المحلة الكبرى – حرم محمد محمد أبو سمره بورسعيد – مدام لندا عبد الشهيد طنطا – حرم حنا عبدالمسيح غمره – حرم احمد الشنهاوي طما – فوزية عبد القادر أبو قرقاص – سكينه حنفي أموره محمد منير طنطا – ليلى محمد الانه مصر – السيدة زينات ابراهيم مصر – خديجه ابراهيم صادق طنطا – لبيبه صادق طنطا – عليه سلام – مصر – ليلى محمود احسان مصر – حرم الصاغ محمد احسان مصر – نبيهه الشوربجي ضواحي طنطا – امال عبد الحميد طنطا – مدام أوجيني حاج مصرالجديدة – حرم الدكتور أرقش مصر الجديدة – مدام صوفي خليفه مصر الجديدة – مدام الياس شمعه مصر الجديدة – مدام جات مصر الجديدة – باسمه حاج مصر الجديدة – ماري حجار مصر الجديدة – السيدة فائقة محمد الزيتون – انتصار محمد الزيتون – سوسو السعدني طنطا – فاطمه السعدني طنطا – حرم الاستاذ محمد فؤاد طنطا – أميره الشوربجي جيزه – حرم الدكتور عدل الدين جيزة – سوسو احمد مصر – زوزو فوزي مصر – عدالات احمد مصر – حرم الاستاذ السيد البدوي مصر – حرم السيد حسن البدوي – حرم السيد زكي محمود مصر – حرم الاستاذ احمد العسال – مصر – حرم السيد حسين عزام طنطا – حرم الدكتور الشامي طنطا – حرم الاستاذ السعيد ثابت مصر – السيدةهديه مصطفى مصر – السيدة عزيزه محمود مصر – السيدة رسميه عوض ببني سويف



خطاب الشهر

سيدتي :

اكتشفت أخيرا .. وبالهول ما اكتشفت ... انه يخوننى مع شقيقتى !! وهو زوجى فى الاربعين .. وشقيقتى طالبة فى الثامنة عشرة .. ماتوالداى .. وتركاها لى أدير ميراثها بصفتى وصية عليها .. وأحميها فى بيتى .. من الذئاب التى تملأ الدنيا .. فاذا بالذئب .. هو أقرب الناس اليها والى .. لم أتأكد بعد .. من مدى تورط علاقتهما فقد ضبطهما فى وضع غرامى .. من النوع العنيف .. اننى أكاد أجن .. بين فظاعة الجرم .. واشفاقى على سمعة أختى .. وشرفها الذى فى حمايتى .. أرجوك .. أن ترشدينى الى الطريق الذى اتجه اليه .. فقد أذهلتنى الصدمة .. وشلت تفكيرى !

اليائسة .. ف . — طنطا

المحررة : انها فجيعة .. فعلا .. فجيعة فى اخلاق الرجل وهو الرشيد المسئول .. وفى اخلاق الفتاة .. وهى الاخت .. والعذراء .. وعندما تشتد الفجيعة يجب ان تشتد العزيمة فى مقاومتها .. ومواجهتها .. ان شقيقتك تملك ايرادا كما فهمت .. وهى تملك استهتارا خلقيا يجعل ترك الحبل لها .. بمثابة الحكم بدفعها الى الانهيار الخلقى .. اذهبى فورا الى مدرسة بنات داخلية .. وحررى لها استمارة التحاق بها .. وبذلك تبعدينها عن شباك الذئاب .. وتوفرين لها جو الفضيلة الذى تحتاجه لتقويم اخلاقها ! أما زوجك .. فلا بد من تجاهله الان لفعلته .. اخفاء .. لاثار الحادث .. الذى يمس شرفك .. ولعل تجاهلك .. يوقظ ضميره المتحجر !

طبيعته .. كده ..

كانت زميلاتى .. وجاراتى يشكون من معاكساته الغزلية لكل من يلتقى بها منهن فى طريقه .. وكنت أكذب زعمهن اعتمادا على مظاهر الادب والحياء التى كان ينظر الى بها عندما أمر عليه مع صديقاتى . أو بمفردى ... وتقدم لطلب يدى .. وتم عقد القران . وبدأت أخرج معه لشراء لوازم الجهاز .. وعلى طول الطريق كانت عيناه تتابع كل امرأة تسير فى الشارع .. وكل عاملة محل ندخل اليه وقد تتطور النظرات الطويلة الجائعة الى غزل ومعاكسة . كل ذلك .. وأنا الى جانبه .. ويدى فى يده .. الامر الذى أثار قلقى على مستقبلى معه وهو بهذه الروح المستهترة ...

الغريب فى الامر .. انه رجل تقى .. يصلى الفرض ويصوم الشهر ... لقد أدركت أخيرا إنه ينظر لى نظرات احترام واكبار ... ولكنه يخص الفتيات المرحات باعجابه .. واهتمامه .. وأنا انسانة هادئة متزنة شديدة الحياء والادب فهل يتحتم على أن أغير طبيعتى وخلقى لافوز باعجابه ... وارضى ميوله ...!

يسرية — بالزقازيق

بنت النيل : هذه هى طبيعة الرجل الشرقى انه يجرى اميالا خلف اللعوب .. ولكنه يختار المراة الشريفة وحدها .. عندما يختار شريكة حياته ...

فهو انسان انانى .. لا يتردد فى مغازلة نساء غيره من الرجال .. ولكنه ياخذ جميع الاحتياطات لابعاد الرجال عن مغازلة امراته لذلك هو يشترط فى زوجته الادب والحياء لضمان حماية شرفه .. وهو يحترمها لانه يحس بينه وبين نفسه انها فوق مستواه ومستوى النساء اللواتى يهدرن حياءهن وكرامتهن معه ...

ومثل هذا الزوج .. لا تستطيعين الفوز بثقته واحترامه الا عن طريق ترفعك عن مستوى النساء الرخيصات اللواتى يسمحن له باظهار اعجابه باستهتارهن ... باستهتار مماثل .. **ولكن ذلك لا يمنعك من ان تكونى زوجة لطيفة العشرة خفيفة الدم فى لباقة وادب .. وليس فى استهتار وتبرج .. فالروح الحلوه .. والكلمة الرقيقة .. تأسر قلب الرجل . أى رجل ..**



الفن .. للروح ..

نشأت فى أسرة ريفية محافظة من هذه الاسر التى تقدس التقاليد ولا تستطيع التطور مع الزمن وأحببت الموسيقى منذ كنت طفلة فى السادسة وظل حبى لها ينمو مع نمو جسدى وتفكيرى . حتى أصبحت تعيش فى دمائى وتملأ حياتى ووجدانى ..

اننى أحسها فى كل ما يحيط بى .. أسمعها باحساس فى الطبيعة فى الزهور فى همسات تلميذاتى الصغيرات المكتومة فى الفصل .. وزقزقة مرحهن الساذج فى حوش المدرسة ...

وقد تجرأت بعد ان أتممت دراستى واشتغلت مدرسة .... تجرأت وكاشفت أبى برغبتى فى دراسة الموسيقى فى أحد معاهدها لتربية ملكة الغناء التى أملكها .. والتى يمكن أن تجعلنى فى صف المطربات الناجحات لو أتيحت لى الفرصة ...

وتحمس لى أبى .. كما كان يتحمس لنجاحى فى جميع الحفلات التمثيلية الغنائية التى اشتركت فيها من الحفلات المدرسية ...

ولكن بقية الاسرة ثارت على الفكرة واعتبرتها وصمة فى تاريخ العائلة وأضطر أبى الى النزول عند ارادتهم .. ولم يعد أمامى أدنى فرصة للتسرب من باب الفن الذى عشقته وآمنت أن فيه حياتى هل لديك أنت حل للتغلب على هذه المشكلة ؟

حائرة — دمياط

بنت النيل : وهل الهواية لاى فن تتوقف على الاشتغال به ....؟

لماذا لا تسعدين روحك بهوايتك .. ان الموسيقى بالذات فن ضرورى للمراة لتزيد من رقة احساساتها وذوقها .. تعلمى العزف على البيانو مثلا .. واملئى بيتك انغاما شجية ترضى خيالك وتسعدى من حولك . أليس ذلك اضمن من مغامرة



قد لا تنجح وقد ترفعك الى سماء المجد الفنى الذى تحلمين به وقد تنتهى بالفشل .. وفقد رضاء العائلة ..

هل أنا مجرمة ؟

اننى أعيش بشعور بالعار ... انه شعور قاس يعذبنى ليل نهار !

كان يتردد على بيتنا بصفته صديق والدى .. وفى أحد الايام .. انفرد بى .. وجذبنى الى صدره وقبلنى قبلة طويلة .. عميقة !

وأذهلتنى المفاجأة .. ولم ادرك وقتها كيف أتصرف .. كل ما فعلته اننى انطلقت هاربة من الحجرة .. بعد ان أفلتنى من بين يديه ! ومنذ ذلك اليوم .. وأنا أفكر .. وأفكر ليس فيه .. ولا فى قبلته الحارة

.. ولكن فى العار الذى لحقنى بسماحى لرجل غريب بتقبيلى .. اننى أثور على نفسى .. واتهمها بالجبن .. لماذا لم أرد على قبلته الحارة بصفعة قاسية على وجهه !

ان زياراته لنا انقطعت .. ولكن خجلى من نفسى .. لم ينقطع .. فكيف استطيع التخلص من هـذا الشعور ؟

قارئة .. معذبة

بنت النيل : انك تعانين نوعا من الانهيـــار العصبى هو الذى



يضخم لك الشعور بالذنب فى هذه الحادثة الطارئة التى تتعرض لها كثير من الفتيـات .. دون ان يؤمن مثلك فى عذاب الضمير لسبب بسيط .. هوان المحـاولة ... محاولة التقبيل هـذه لم تقـع بارادتهن ! وما دام الامر لم يتعد هذه المحاولة .. فليس فى الامر ذنب ولا جريمة من ناحيتك انت على الاقل .. ما يدريك لعل الرجل .. وهو فى سن والدك .. كـان يقصد بها قبلة ابوية لا غير .

على كل حال .. لا داعى مطلقا للتفكير واذا كنت قد قصرت فى الرد على صاحب القبلة الاولى بسبب مفاجاتك بها .. فيمكنك ان تردى بالصفع والشلاليت .. ايضا .. على صاحب المحاولة الثـانية .. والثالثة !

هل ارتاح ضميرك .. الان ؟

القرش .. الابيض ..

كانت أسرتى تسكن فى البيت الذى يسكنه عمى وأسرته .. ولكن الموت لم يلبث ان طوى حياة عمى .. ثم عاد لينتـــزع أمى من بين أطفالها واضطر أبى الى الزواج من زوجة عمى .. ليجمع الاسرتين بعد ان اصبح مسئولا عنهما !

وزاد هـــذا الزواج من روابط القربى بينى وبين ابن عمى .. الذى تجمعنى به صداقة ومحبة منذ كنا طفلين معا .. وندرس معا . وأخيرا .. عقدت خطبتى عليه . ولم يبق على اتمام الزواج ســوى شـــهر واحد !

وفى بداية الخطبة ... كان يغدق على الهدايا والود .. ولكن الهدايا .. حولت الى محاولات مستمرة لاخذ كل ما يجتمع فى يدى من نقود على أنها سلفة يردها لى فيما بعد ..

ولما تشجعت واستفسرته سبب تحوله الى هذا البخل الشديد .. اعترف لى ان أمه .. التى هى زوجة أبى .. تغضب كلما أهدانى شيئا !

ولكن كلامه .. لم يدخل على .. فقد لاحظت ان البخل صفة اصيلة فيه .. انه يشتغل بالاعمـــال الحرة .. ويحرص كل الحرص على ادخار كل قرش يزيد عن المطالب الضرورية .. هل يعنى ذلك انـه سيواصل تقتيره بعد زواجنا ؟

لقد حاولت مناقشته فى الامر .. ولكنه يغضب ويخاصمنى .. ويتهمنى بعدم طاعته .. ترى اى مستقبل ينتظرنى معه .. وهـو بهذه الصفات ؟

عروس حائرة .. بالاسكندرية

بنت النيل : لعله بالفعل .. لقى معارضة من أمه فى اسرافه الاول فى الانفاق عليك .. وبعض الرجال يتاثرون بتوجيهات امهـــاتهم فى هذه الامور .. ولكن محاولة اخذه ما معك .. نوع من الجشع .. لو تعود عليها لخلق مشــــاكل فى حياتكما.. ورايى ان تعالجى المسألة من طرفيها .. حاولى اولا ان تنفردا بسكن خاص بكما بعد الزواج .. ثم حاولى توجيهه بلباقة الى اهمية توفير المطالب الضرورية لبيتكما.. وعليك من ناحية اخـرى .. ان

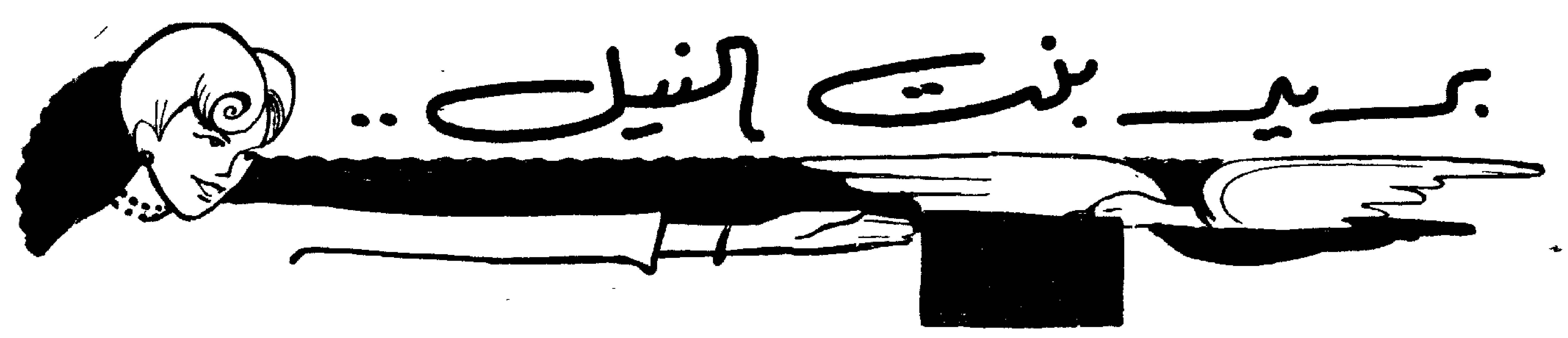


تقتصدى فى كمالياتك باعتبـارك ستصبحين زوجة مسئولة عن بيت وأسرة .. وادخار الزوج اذا كان معقولا شىء جدير بتقدير الزوجة وتشجيعا لان طوارىء الحياة كثيرة والادخار نوع من التامين فى حياة الاسرة !

ردود قصيرة

آنسة ن. ا. س :

مشكلتك لا يمكن مناقشتها على صفحات المجلة .. اتصلى بمحررة هذا الباب تليفونيا لاخـــذ موعد معها وهى على استعداد لتوجيهك وارشادك !





يرد على الاسئلة الدكتور
ابراهيم عازر

مرفت ٠ م٠ طنطا :
تشكو من وجود حب الشباب فى وجهها ويترك اثارا سوداء ٠ ووجود سواد تحت عينيها ـ خذى حقن Pancebrin Lilly واحد ونصف سنتيمبر فى العضلات يوميا واستعملى مرهم Sacnel لدهان الوجه ٠

منى ٠ م٠م٠ ـ باكوس :
نسيجة دمامل وفى أعلا الفخذين بقع أخرى وتشكو من عدم انتظام العادة الشهرية ٠
استعملى حبوب Triglandine Bonty حبة قبل الاكل ٣ مرات يوميا وخذى حقن Cude Liver Extract Lilly واحد سنتيمتر فى العضلات يوميا

مشتركة من مغاغة :
تشكو من تأخير نزول العادة الشهرية ٠ تأخير العادة لا تنفع الادوية فى علاجها والافضل عرض الحالة على طبيب ٠

المعذبة ف٠س٠و٠ بنى سويف :
ان هذا العلاج الذى وصفته لك لا يؤثر مطلقا على النواحى التى تخافين منها وأكرر لك ان الغسيل يستعمل من الخارج ٠

س٠فرغلى مشتركة بسيدى جابر :
تشكو من ظهور (كرش) ٠
اشربى كل صباح على الريق قبل الافطار بساعتين Agocholine Zizine أربعة ملاعق صغيرة فى ٢/١ كوب ماء دافىء والبسى كورسيه باستمرار ثم امتنعى عن أكل اللبن والدهنيات والطماطم المطبوخة والحوادق والقهوة مع الاقلال من العيش والنشويات ٠

ف ٠ م ٠ م ـ طما :
تشكو من النحافة وفقدان الشهية وشقيقتها التوأم تشكو من نزول سائل لبنى اللون يشبه زلال البيض فى الدورة الشهرية مع ألم فى الجنب الايسر ـ استعملى حقن Pancebrin Lilly سنتى ونصف فى العضل يوميا وكررى لغاية ٣ علب وفى نفس الوقت خذى حبوب Viterra Pfeizer قرص واحد قبل الاكل مرتين يوميا و Bioferrin Hoechst ملعقة كبيرة بعد الاكل مرتين يوميا ـ أما شقيقتك فتأخذ اقراص Bristacycline قرص واحد كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا ليلا ونهارا مع ضبط المواعيد بالدقة ٠

ليلى بالزمالك :
لها طفل عمره ١٤ شهر ولم تظهر له اسنان ٠ يمكن اعطاؤه سنتيمتر واحد فى اليوم من حقن Collirsal Calcuirm Crookes وبعد انتهاء العلبة يأخذ راحة عشرة ايام وهكذا حتى يأخذ ٣ علب ٠

قارئة بالمحلة ١٠ح١٠ :
يوجد بوجهها وعند اكتافها حبوب تترك اثارا ٠ هذه الحبوب لها اتصال بالعادة الشهرية وانصح بتناول حبوب Triglandine Bouty حبة قبل الاكل مرتين يوميا عند قرب مجيىء العادة والمرجو الافادة بالنتيجة بعد ذلك ٠

هـ٠ م قارئة بالمنصورة :
تشكو من نزول ديدان رفيعة من فتحة الشرج ٠ الديدان الرفيعة تناولى لها حبوب Qxycolor 0.03 ولعلاجها احتياطات ان لم تقومى بها عادت اليك الديدان من جديد٠ ومنها غسل الايدى والاظافر جيدا بفرشة وصابون ومرارا فى اليوم وعدم وضع الاصابع بالفم ٠ فالاكل يكون بالملعقة وعدم لمس فتحة الشرج أو غسل اليد ٤ مرات بالماء والصابون بعدها وهكذا ٠ وبعد الانتهاء من علاج الديدان واخذ الحبوب يلزم راحة ٣ ايام ثم تأخذى حبوب Capsules Bristacline قرص واحد كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا ليلا ونهارا بالميعاد ٠



ف٠ م٠ س ـ ميت غمر :
تشكو من القصر والبدانة وتسأل عن علاج لشعرها المتهدل ٠
ـ بخصوص السمنة اتبعى الطريقة الاتية لمدة شهر ٠ اعصرى ليمونتين على ملعقة سكر ناعم وأضيفى اليها قليلا من الماء واشربيه على الريق مع ملاحظة عمل رجيم خضار مسلوق ولحمة مشوية يوميا فى الغذاء والعشاء لمدة شهر ٠ أما من ناحية شعرك يستحسن عمل « شفيون » من الخلف وارفعى شعرك من الامام وصففيه من جهة الاذن ٠

م٠ ص٠ الاقصر :
تسأل عن كريم لتجميل الساقين والذراعين ولبياض البشرة ٠
استعملى كريم لوشن لتجميل الساقين والذراعين وتناولى ٣ مرات يوميا خميرة البيرة Yeast واشربى كوب كبير من اللبن على الريق تزدادين جمالا ونشاطا ٠

رجاء ح٠ السيدة زينب :
تسأل عن طريقة للاحتفاظ بلون شعرها الاصفر ٠
اخفقى ٣ صفار بيض مع ملعقة صغيرة زيت خروع وملعقة صغيرة من الروم ثم دلكى شعرك بهذا المزيج واتركيه ١٠ دقائق ثم اشطفى شعرك بماء فاتر ٠ وكررى هذه العملية مرة فى الاسبوع ٠

سعاد ـ قارئة مستديمة بالمنيا :
تشكو من قشور فى شعرها وتجعيده ٠
اغسلى شعرك مرتين فى الاسبوع بشامبو دوبال ثمنه ٢٠ قرشا ثم دلكى شعرك بعد ذلك بمحلول سلفكرين وثمنه ٢٥ قرشا واستعملى بريانتين فيتابونت وثمنه ٢٥ قرشا وبهذه الطريقة تمنع القشور ويصير شعرك ناعما ٠

انسة حائرة بالمنصورة :
بشرة جسمها ذات مسام واسعة وتوجد بعض البقع السوداء ناتجة عن حبوب ..

استعملي كل صباح
Tonique Astringeant

هيلين روبنشتين فهو يضيق المسام . أما بخصوص البقع السوداء فضعي كريم سبسيال ٥٢ هيلين روبنشتين مع التدليك بحركة دائرية . والافضل أن يترك على الجلد طول الليل .

شئون المنزل

ف. س. شبرا مصر :
تسأل عن فستان كريب رومان عسلته بمبشور الصابون ثم بهت لونه - حاولى غسل فستانك مرة أخرى بماء بارد مع اضافة قليل من الخل فسوف يجعل لونه زاهيا وتسأل عن طريقة عمل شكلمة جوز الهند - سأنشر لك طريقة صنعها فى عدد مايو القادم .

عليه رشدى - نشرت :
سأجيبك على طريقة عمل سلطة الزبادى الشركسية فى الاعداد القادمة ان شاء الله .

سعاد احمد - البسلقون :
طريقة عمل الخرشوف سبق نشرها مرارا وقد انقضى موسمه الان وسأعيد نشره ان شاء الله فى الموسم القادم .

أما كتاب حبك الصوف فاتصلى بمكتبة النهضة المصرية بالقاهرة .

القارئة ج.م.م :
كل ما تطلبينه فى شئون الاطفال تجدينه فى كتاب صحة الطفل للدكتور مصطفى الديوانى .

مشتركة بشبرا :
صنعت شراب المانجو ولكن ظهرت عليه طبقة رفيعة من العفونة هذا نتيجة خطأ فى التعبئة والحفظ ولا بد أن الزجاجة كان بها هواء ولم تملأ للحافة فاحذرى ذلك مستقبلا .

مدام .ن. :
تطلب نشر طريقة عمل فطيرة السويسرول - سأنشرها لك فى عدد مايو ان شاء الله فترقبيه .

كريمة زكى - الاقصر :
ممكن استعمال زلال البيض مع السكر فى حلوى التغطية للتورتة وتسمى الحلوى الامريكية ولا بد أن يصل السكر الى درجة عقد معينة وسأوافيك بنشر طريقة عمل حلوى الزخرفة فى عدد قادم ويمكن استعمال حلوى الزبد التى نشرتها فى أعداد سابقة فهى سهلة ومتداولة فى تغطية أنواع مختلفة من التورتات .

خ - عيد - القاهرة :
قماش الصالون غسل بصابون أومو فتلف لونه - حاولى غسله بالبنزين فهو الطريقة الوحيدة لغسله والمحافظة على حريرصالونك ولكن أنبهك باجراء هذه العملية فى مكان رطب بعيد عن أى نار أو حرارة شديدة حتى لا يلهب وسبب الخطر .

بين المحررة والقارئات

الشاعر الاستاذ محمود عبد العاطى:
ارسل الينا قصيدة شعرية رائعة يسجل فيها انصارجنودنا المصريين فى موقعة الصبحة .

المحررة : يسعدنا ان ننشر احد ابيات قصيدتك هنا كأنموذج لروحك الشاعرية ووطنيتك الصادقة ..

واعين الكون ترنو نحو معجزة
قد صورت واقعا مالا يظنونا

السيدة زكية - القاهرة :
انها ام لثلاثة اولاد وزوجها لا يزيد مرتبه عن اثنى عشر جنيها .. وهى تطلب مساعدتها فى ايجاد عمل لها تساهم به فى تخفيف المسئولية المالية عن زوجها .. والام الشجاعة .. حاصلة على الشهادة الابتدائية . وفى سن الاربعين ..

المحررة : اهنئك على روحك العالية واستشعارك بالمسئولية .. ونعدك بالبحث لك عن عمل مناسب ..

انسة صافيناز - السويس :
تسأل عن شروط الالتحاق بمعهد الرسم .

المحررة : اى معهد رسم تقصدين ..

الى الانسة عفت ثابت بشبين الكوم :

نشكر لك عاطفتك الرقيقه ، واعتدادك بمجلة بنت النيل ونهتم الان بتحقيق اقتراحك ونوجه حضرتك الى أن تفصيلات قمصان النوم تنشر فى المجلة فى باب أشغال الابرة ونؤكد لك اننا نرحب بكل الاراء التى تقدم الينا وندرسها فى حينها .

الى موظف ادارة المباحث الذى لم يذكر اسمه :
كتب الينا يلتمس التشجيع له فى صراعه مع اليأس الذى تملك نفسه من ناحية استكمال دراسته الثانوية بعد ان رسب فى امتحان الثقافة ثلاثة اعوام .

المحررة : اخشى ان اقول لك ان روح اليأس التى تسيطر على نفسيتك .. هى السبب الاول فى رسوبك .. اننى اذكرك .. ان الحياة دائما للمغامرين الواثقين فى انفسهم .. فاقدم على الدراسة بروح الثقة وبلا تهيب .. تدن لك النجاح ..

بلوفر جميل بالالوان
(بقية ص ٦٦)

التركيب

اتركى المضلع وبظهر الشغل دبسى الشغل بأن تشبكى بالدبابيس الحافات المستديرة .

وفيما عدا الشغل المضلع اكوى الصوف بمكواة ساخنة وقطعة قماش مبللة .

وبغرزة غير منظورة اوصلى خياطات الكم والجوانب . وباللون الفاتح اشتغلى سطر حول حافة وصلة الكول والكمين كما فى الصورة .

ثم اكوى كل الخياطات .

حظك هذا الشهر
(بقية ص ٥٩)

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :
لا تغالى فى ثقتك بالناس خاصة عندما تقومين بشراء ما أنت فى حاجة اليه أو عندما تقررين تغيير وظيفتك أو مهنتك .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :
ان المضايقات والصعوبات التى اعترضت طريقك فى الفترة الماضية سوف تزول بفضل صبرك على الشدائد .

من أول فبراير الى ١٠ منه :
على الرغم من بعض الصعوبات التى ستصادفك فى بيتك فان معظم أيام الشهر فى مصلحتك .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه :
لا تسرفى . ولا تكثرى من المشتروات الا أن كنت لاتستطيعين الاستغناء عنها .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :
أن صحتك فى حاجة الى عناية. امتنعى عن السفر ومن التعرض للبرد والارهاق .

من أول مارس الى ١٠ منه :
لا تتركى لخيالك العنان ان أريت ألا تصابى خلال هذا الشهر بصدمة عاطفية أنت فى غنى عنها .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :
فى استطاعتك اعادة النظر فى المشروعات التى لم تتحقق . ان الحظ معك فاستفيدى منه .

قصة العدد

مثال الإخلاص

للكاتبة فرانس ادين



أقفل سيميون الباب بهدوء وجلس على كرسيه المتحرك ثم اتكأ على المكتب لينجز أعمالا يجب أن يشرف عليها بنفسه دائما رغم وجود مساعديه الاربعة ٠

وأثناء جلوسه كانت تلوح على وجهه أمارات السعادة والارتياح لان باله قد ارتاح من مشكلة كانت تنغص عليه حياته وهذه المشكلة هي وقوع ابنه سيم في هوى فرنسيس والنجتون ٠ وبما أنه تخلص من فرنسيس بطردها من عملها فمن حقه أن يستسلم الان لاحلامه ويتصور ابنه متزوجا من فتاة شقراء ارستقراطية تقود سيارتها فتحيط بها هالة من النبل والتقدير كهؤلاء الذين ينحدرون بأصولهم من أرقى العائلات التي لمع اسمها في دنيا الصناعة والشهرة ٠٠ هذا ما كان يطمع فيه سيميون ولولا ذلك لما تألم للغرام الذي ربط ابنه بفرنسيس ٠٠ وهل في استطاعة فرنسيس أن تضيء جوانب « أوكلند » ٠٠ « أوكلند » بحديقتها الغناء « أوكلند » التي فارقتها زوجته دون أن تعرفها جيدا ٠٠ مسكينة تلك الزوجة البسيطة ، لقد تحملت معه ضروبا شتى من الشقاء ، لقد اختطفها الموت قبل أن تنعم بالحياة الهادئة ٠

واستيقظ سيميون من أحلامه ووضع القلم جانبا ليفكر في ملامح الفتاة الشقراء التي يود أن يتزوجها ابنه ولكن من دون أن يدرى ارتسمت في خياله صورة فرنسيس بوجهها الهادىء وعينيها البنفسجيتين ولكنه لم ينفعل بهذه الصورة التي عبرت خياله بل تذكر قرار الطرد الذي سلمه لها : « اهمال في العمل ٠٠ طردها لتوفر عدد المستخدمين ٠٠ »

لقد حاول سيميون انذاك ألا يتأثر بكلام ابنه عندما حدثه عن حبيبته ، ذلك المخلوق النزيه الذي يذوب رقة ولطفا ٠٠ ذلك المخلوق ذو القوام الممشوق والعيون الناعسة ٠٠

لقد ذهب سيم الى الحد الذي قال فيه لابيه ان أمه كانت عاملة بسيطة ٠٠

هكذا راح سيميون يفكر ويفتش عن خطة يحطم آمال ابنه وأحلامه ٠٠ وبينما هو في هذه الحال اذ بجرس التليفون يقطع عليه حبل أفكاره ، واذا بالمتكلم يعلمه بوجود مشترى غاضب ٠٠ وفجأة خطرت له فكرة قد يؤدى تحقيقها الى تراجع ابنه عن غرضه ٠٠ فقال : « ادخلوه في غرفة العينات الثانية وابعثوا له بالانسة فرنسيس ولا تعلموه بوجودي ٠٠ أكرر عليكم أن ترسلوا فرنسيس ٠٠

وبعد فترة من الزمن دخل سيميون غرفة العينات الاولى التي لا يفصلها عن الغرفة الثانية الا لوحة خشبية لا تصل الى السقف ٠

وأخذ يخاطب نفسه : « سأعطيها الفرصة لتنتقم مني الا أنه باستطاعتها أن تتصرف بخشونة وأن تفقدني هذا الزبون وسأبرهن عندئذ لابني على نذالتها ٠٠ وبذلك يفقد حبه لها ٠٠

وراح سيميون يستمع للحوار الدائر بين المشترى وفرنسيس ، انه يسمع بوضوح صراخ الزبون ونقمته وهو يسمع أيضا صوت فرنسيس الرقيق يهدىء في أعصاب الرجل الذي استسلم أخيرا للسكينة ٠٠ وأخذ يستمع الى دفاع فرنسيس ٠٠ انها تقول له انه اشترى حقا بضاعة تالفة بعض الشيء ولكن بثمن استثنائي ولهذا فمن واجبه أن لا يثور ٠٠ ثم أخذت تعرض عليه عينات أخرى دون تغيير في طريقة كلامها ، وحدثته عن صوف استراليا وطريقة خلط الالوان حتى أقنعته بأنه قد وجد الصنف الذي يريده ٠٠ لقد خاطبته بطريقة لطيفة لا يشوبها ارغام أو خشونه ٠

ـ اذا أعجبت بهذا الصنف فاني أستطيع أن أعرض عليك نوعا من القماش بثمن مغر على شرط أن أحصل على ردك فورا لان الكمية محدودة لا يتجاوز عدد قطعها العشر والطلبات تنهال علينا من أمريكا تريد من هذا الصنف ٠٠ وأظن أن سيميون لن يعرض للبيع كمية أخرى من نفس النوع لانه سيغير ألوان البضاعة الجديدة ٠٠ وأستأذن منك لكى أذهب وأحضر العينة ٠٠

الاجابة الصحيحة

١ ـ مدام كليرلوس
٢ ـ اجاثا كريستى
٣ ـ بلاد كوش ونباتا
٤ ـ ماوتسى تونغ
٥ ـ ١٤٧ سيدة

وانسحب سيميون من مكانه قبل أن تفاجئه فرنسيس وأخذ يبتسم بخبث وهو يفكر فى العشر قطع التى عرضتها فرنسيس على المشترى .. واستسلم لافكاره وهو يتلذذ بكلمات فرنسيس وطريقتها فى الحديث وهتف بنفسه قائلا: (انها امرأة أعمال ماهرة تتمتع بأفكار ناضجة .. وتذكر فجأة حديث ابنه عن نزاهتها واخلاصها وأخذ يربط ويقارن ويفكر بكل ما حدث وبعد أن غاب فى تأويلاته مدة ساعة من الزمن تناول سماعة التليفون وخاطب رئيس أعماله :

ـ هل حضر جون لزلى ؟

ـ نعم ، ولقد غادر المكتب منذ ساعة وكان يريد أن يكلمنا عن صفقته الاخيرة .

ـ حسن .. وماذا قال ؟

ـ انى مندهش لانه لم يتكلم عن هذه البضاعة .. ولقد طلب منا خمسة أثواب قماش من الصنف الذى كنت تريد تصريفه .

ـ شكرا يا ستيوارت ان هذا الخبر سار ..

طلب أن تحضر فرنسيس الى مكتبه ولما حضرت قال لها:

ـ لقد سمعت بأنك قمت بصفقة ناجحة ..

ـ لا ياسيدى ..

ـ كيف لا ؟

ـ كنت أود تصريف كل الكمية ولكن لزلى اكتفى بخمس قطع منها .. ونظر سيميون اليها فى صمت وقال :

ـ لماذا يتكلم لزلى عن بضاعته الاخيرة ؟

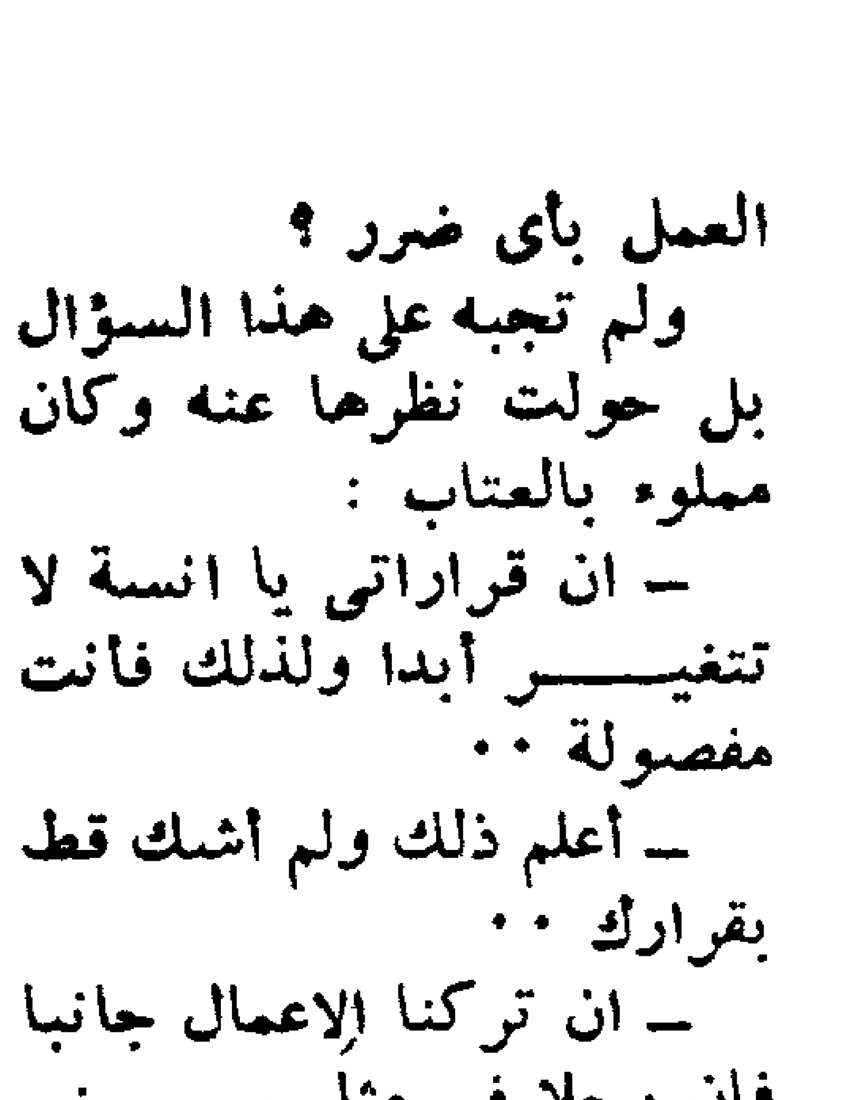
ـ لقد تكلم ولكننى أقنعته بأنه على خطأ فيما يقول .. ثم قطعت حبل صمته قائلة :

ـ هل لى أن أذهب ؟

ـ هل أنت مستعجلة ؟

ـ أريد أن أشرح لزميلتى جلاديس أشياء كثيرة حتى لا يصاب العمل بضرر .

ـ وهل تحبين أن لا يتأثر



العمل بأى ضرر ؟

ولم تجبه على هذا السؤال بل حولت نظرها عنه وكان مملوء بالعتاب :

ـ ان قراراتى يا انسة لا تتغير أبدا ولذلك فانت مفصولة ..

ـ أعلم ذلك ولم أشك قط بقرارك ..

ـ ان تركنا الإعمال جانبا فان رجلا فى مثل سنى يستطيع أن يعترف أنه أخطأ .. هل تعرفين اوكلند يا انسة ؟

ـ لقد شاهدتها عن بعد فقط خلال القضبان التى تحيط بالحديقة ..

ـ انك تتركين شركة سيميون وولده غدا فى الساعة الثانية عشرة ظهرا ، أليس كذلك ؟

ـ نعم ..

ثم خاطبها ببطء وهو ينظر الى بقعة وهمية على كمه :

ـ أظن انه ليس عندك أى مشروع لقضاء عطلة اخر الاسبوع؟.. سأكون سعيدا اذا أمضيت العطلة معنا فى « اوكلند » بين الحدائق الغناء وسوف تسهر مديرة منزلى على راحتك وستعاملك كابنتى .. أظن أن سيم يعرف عنوانك فهيئى نفسك حتى لا تتأخرى لانى أكره تأخير موعد الغذاء .. ان العمل ينتهى هنا الساعة الثانية عشرة لك وللاخرين .. هل هذا يوافقك ؟

ثم رفع رأسه ونظر اليها فوجدها بيضاء لا تتكلم .. واهتزت رأسها علامة الرضاء بينما امتلأت عيناها بالدموع .

ـ أرجو أن تنصرفى الان لكى أتمكن من تعويض الوقت الذى أنفقته معك . مساء الخير والى الغد .. اذهبى يا عزيزتى فرنسيس اذهبى يا ابنتى ..

ترجمة

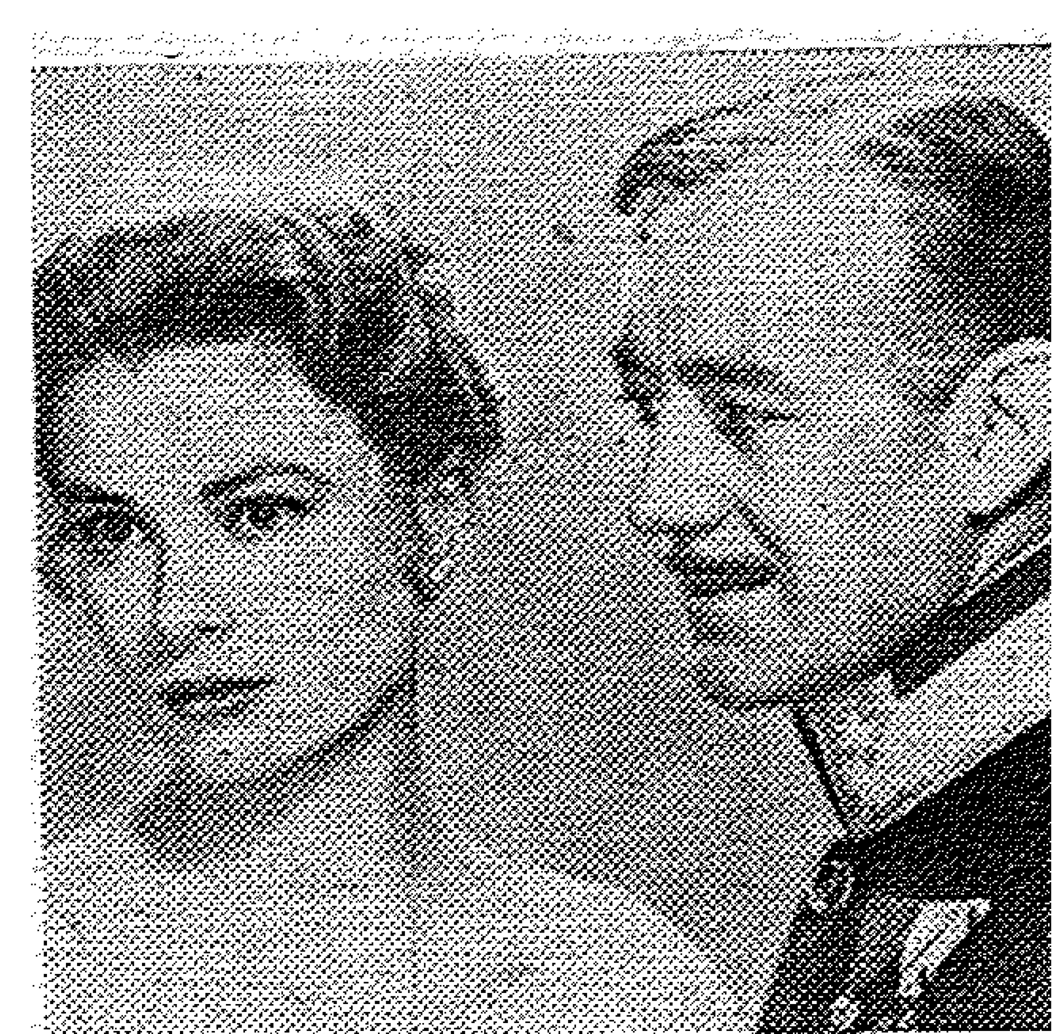
سمير بركات وليليان حنا

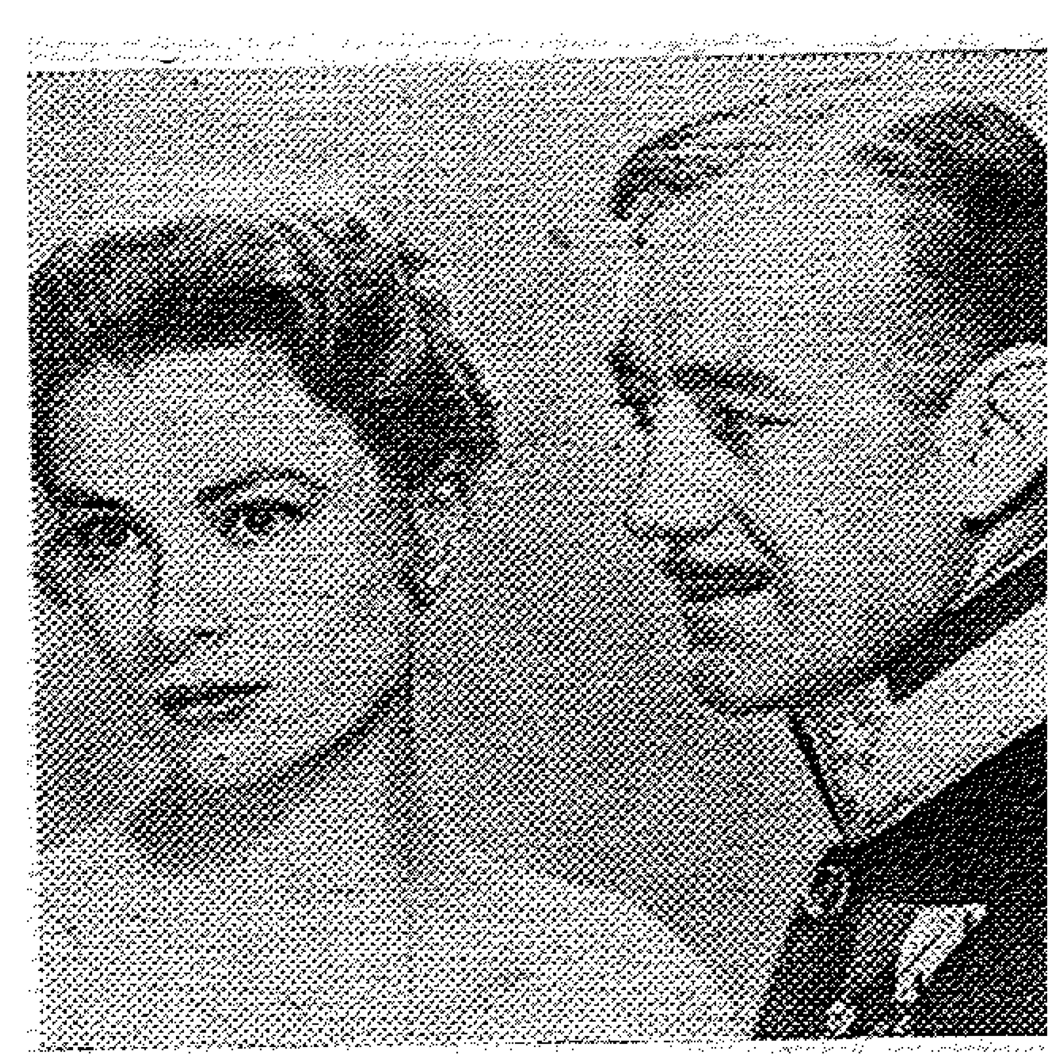
جريس كيلي الأميرة السعيدة

« البجعة » التي استطاعت أن تحقق أحلامها

وأخرا تروجت دلكة الشاشة جريس كيلي من الامير رينيه أمير موناكو وبهذا الزواج بدأب مرحلة جديده في قصة غرام العاشقين ، هذه القصة التي بدأت في الصيف الماضي وعلى شاطىء الريفييرا الفرنسية وانتهت بهذا الزواج الذي تم يوم ١٨ ابريل الماضي .

ومن المصادفات الغريبة التي قلما تحدث في حياة الانسان أن هذه الشقراء الفاتنة التي غزت هوليوود منذ خمسة أعوام قد لعبت في اخر فيلم لها وهو فيلم « البجعة » ، الذي يعرض حاليا في سينما مترو بالقاهرة والاسكندرية ، دورا يشبه كل الشبه الدور الذي لعبته في حياتها الخاصة .





في هذا الفيلم الغرامي المثير لعبت جريس كيلي دور أميرة هنغارية حسناء أرادت لها أسرتها زواجا ملكيا فاختارت لها ولي عهد احدى الممالك الاوروبية واذا بولي العهد هذا منصرف عنها الى نزهاته وصيده مهتم بزيارة القصر ودراسة معالمه وكتابة مذكراته حينئذ تأتي والدة الاميرة فتريد اثارة غيرة الامير المرشح للزواج من ابنتها فتدفع بفتى من رجال الحاشية ، وهو مدرب الاميرة على لعب الشيش ، وتتيح له فرصة تمثيل دور العاشق واذا بالمحظور يقع وتقع الاميرة في غرام مدرب الشيش بدلا من الامير . يحدث هذا في الوقت الذي تكاد تنتهي فيه اقامة الامير بالقصر الملكي .

من الذي يحل مشكلة الاميرة ؟؟

كيف استطاعت الام الظفر بولي العهد زوجا لابنتها ؟؟

تلك هي فكرة القصة في فيلم البجعة .

ولقد وصفت هذه القصة يوم مثلت بنجاح على خشبة المسرح بأنها كوميديا سلوكية ، أي أنها تصور سلوك شخصياتها في قالب فكاهي وهذا نوع يعتبر من أطرف أنواع الكوميديا .

وقد لعبت جريس كيلي ، الاميرة السعيدة التي انتهت حياتها بزواج ملكي حقيقي ، لعبت هذا الدور بمهارة وبراعة وصورت مشكلة زواج الحب وزواج المصلحة تصويرا بديعا الى الحد الذي جعل كل من شاهد الفيلم يعتقد أنه أمام أميرة حقيقية لا ممثلة أمريكية شقراء !.

ويبدو أن جريس كيلي يوم مثلت هذا الدور منذ أكثر من ثمانية شهور كانت تتنبأ بأنها سوف تتزوج من أمير حقيقي لانها كانت تمثل دورها باحساس طبيعي وبمقدرة فاقت حد التمثيل العادي .

وقد لعب الممثل الانجليزي الكبير اليك جينيس دور الامير ولي العهد وهذه أول مرة يظهر فيها في أحد الافلام التي تنتجها هوليوود .

أما مدرب السيف فهو لويس جوردن الذي انتزعته مترو جولدوين ماير من السينما الفرنسية فكان كسبا ضخما للسينما الامريكية .

ومن الطريف أن تصوير فيلم البجعة قد جرى كله في قصر ضخم يملكه المليونير الشهير جورج فندربلت وهو قصر أثري يحتوي على ٢٠٠ غرفة تحيط به حدائق ومزارع مساحتها ١٢٠٠٠ فدان وفيه عدد من قاعات العرش وصالات الحفلات والاستقبال استخدمت كلها لاغراض هذا الفيلم الغرامي الضخم .